

Л'ОГОΣ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

МИСТЕЦТВО НАУКОВОЇ ДУМКИ

ЗА МАТЕРІАЛАМИ XIV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИХ, ТРАДИЦІЙНИХ ТА СХІДНИХ ЄДИНОБОРСТВ

20 ЛИСТОПАДА 2020 РІК • ХАРКІВ; УКРАЇНА



СПЕЦВИПУСК



ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ



EUROPEAN
SCIENTIFIC
PLATFORM



ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ

ЛОГОΣ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ЗА МАТЕРІАЛАМИ XIV МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ
СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИХ, ТРАДИЦІЙНИХ
ТА СХІДНИХ ЄДИНОБОРСТВ**

20 ЛИСТОПАДА 2020 РІК

Конференція присвячена пам'яті професора Бізіна Віктора Петровича



Харків • Україна

Голова оргкомітету: Швець Д.В. (д-р. юрид. наук, доцент)
Заступник голови оргкомітету: Бортник С.М. (д-р. юрид. наук, доцент)
Секретар оргкомітету: Хацаюк О.В. (заслужений тренер України)

Члени оргкомітету:

Гарбузюк К.Г. (канд. юрид. наук),
Моргунов О.А. (канд. юрид. наук, доцент, заслужений тренер України),
Ярещенко О.А. (канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент),
Максимчук Б.А. (д-р. пед. наук, професор),
Камаєв О.І. (д-р. наук з фіз. виховання і спорту, професор)

Під редакцією: Голденблат М.А.

Верстка: Казьміна Н.П.

Дизайн: Бондаренко І.В.

А 43 Актуальні проблеми розвитку службово-прикладних, традиційних та східних єдиноборств: збірник наукових праць «ΛΟΓΟΣ» з матеріалами XIV міжнародної наук.-метод. конференції, 20 листопада, 2020 року. Харків, Україна: Європейська наукова платформа.

ISBN 978-617-7901-21-0

DOI 10.36074/knuia2020

У збірнику викладені матеріали учасників XIV міжнародної науково-методичної конференції «Актуальні проблеми розвитку службово-прикладних, традиційних та східних єдиноборств», яка відбулася у місті Харкові 20 листопада 2020 року на базі кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ.

Матеріали конференції знаходяться у відкритому доступі на умовах ліцензії Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0).



Всі роботи збірника відображені в Google Scholar. Роботи, що містять цифровий ідентифікатор DOI індексуються в ORCID, CrossRef та OUCI (Український індекс наукового цитування).

УДК 796.8+[796:37.09]+[37.09::378]+355/359

© Харківський національний університет внутрішніх справ, 2020

© Європейська наукова платформа, 2020

ISBN 978-617-7901-21-0

© Колектив учасників конференції, 2020

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ:

Голова оргкомітету: Швець Д.В.

*доктор юридичних наук, доцент, полковник поліції, ректор
Харківського національного університету внутрішніх справ¹*

Заступник голови оргкомітету: Бортник С.М.

*доктор юридичних наук, підполковник поліції, перший проректор
Харківського національного університету внутрішніх справ¹*

Секретар оргкомітету: Хацаюк О.В.

*заслужений тренер України, старший викладач кафедри
тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету №2
Харківського національного університету внутрішніх справ¹*

Відповідальна особа: Голденблат М.А.

голова Громадської організації «Європейська наукова платформа»²

Члени оргкомітету:

*Гарбузюк К.Г., кандидат юридичних наук, полковник поліції, декан факультету
№2 Харківського національного університету внутрішніх справ¹*

*Моргунов О.А., кандидат юридичних наук, доцент, підполковник поліції,
заслужений тренер України, завідувач кафедри тактичної
та спеціальної фізичної підготовки факультету №2
Харківського національного університету внутрішніх справ¹*

*Ярещенко О.А., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету №2
Харківського національного університету внутрішніх справ¹*

*Максимчук Б.А., доктор педагогічних наук, професор, професор
кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та фізичної культури
Ізмаїльського державного гуманітарного університету³*

*Камаєв О.І., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
професор кафедри олімпійського і професійного спорту
Харківської державної академії фізичної культури⁴*

¹**Харківський національний університет внутрішніх справ**
пр. Льва Ландау, 27; м. Харків, Україна; 61080

²**Громадська організація «Європейська наукова платформа»**
вул.Зодчих, 18/81; м. Вінниця, Україна; 21037

³**Ізмаїльський державний гуманітарний університет**
вул. Репіна, 12; м. Ізмаїл, Україна; 68601

⁴**Харківська державна академія фізичної культури**
вул. Клочківська, 99; м. Харків, Україна; 61022

ВСТУПНЕ СЛОВО

Радий вітати учасників із участю у XIV Міжнародній науково-методичній конференції «Актуальні проблеми розвитку службово-прикладних, традиційних та східних одноборств», яка присвячена пам'яті доктора педагогічних наук, професора Бізіна Віктора Петровича.

Цей захід щороку збирає фахівців, відданих шляхетній справі фізичного виховання представників різних груп населення, у тому числі й майбутніх офіцерів Національної поліції України. На сьогодні одноборства є ефективним засобом службової підготовки поліцейських та представників інших силових структур і спеціальних служб України, який забезпечує їх готовність до виконання завдань за призначенням.

Вважаю, що це чудова нагода для спеціалістів і науковців з різних країн, не тільки обмінятися досвідом, новими напрацюваннями, досягненнями, відкриттями, а й ознайомитися із сучасними педагогічними методиками та технологіями. Сподіваюсь, що ця конференція стане вагомим внеском у модернізацію системи тактичної та спеціальної фізичної підготовки представників різних силових структур і спеціальних служб України, що забезпечить підвищення якості виконання ними завдань за призначенням.

Дана зустріч – унікальна можливість для фахівців галузі одноборств з різних міст України та зарубіжжя зібратись разом і обговорити актуальні питання розвитку службово-прикладних, традиційних та східних одноборств. Переконалий, що професіоналізм, знання, досвід і високі людські якості учасників конференції, потужний науковий, освітній та технологічний потенціал країни дають усі можливості ефективно модернізувати вітчизняну систему правоохоронної діяльності й вивести українських правоохоронців на найвищий європейський рівень. У досягненні цієї мети велике значення має обмін досвідом. Тому висловлюю особливу подяку організаторам та учасникам конференції за надану можливість поспілкуватися з колегами із різних країн та збагатитися новими знаннями у напрямі одноборств та фізичного виховання різних груп населення.

Бажаю учасникам конференції плідної роботи та нових творчих здобутків у напрямі забезпечення правоохоронної діяльності на благо безпеки та здоров'я громадян нашої країни!

З повагою,
автор проекту, секретар конференції
старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
факультету №2 Харківського національного університету внутрішніх справ
Заслужений тренер України
Олександр ХАЦАЮК



З М І С Т

СЕКЦІЯ І.

СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНІ, ТРАДИЦІЙНІ ТА СХІДНІ ЄДИНОБОРСТВА

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ
ДЗЮДОИСТОВ

Мамедов З.З., Джалалов Я.С., Ибрагимова Д.С.8

УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ
САМБІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Ковальов І.М., Савич К.О., Іванчук В.С.12

УКРАЇНСЬКІ «БОЙОВІ СТИЛІ» ЯК СУЧАСНІ НАЦІОНАЛЬНІ СИМУЛЯКРИ

Богород А.В.15

ФОРМУВАННЯ ЕНЕРГОЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ
САМБІСТІВ ЗАСОБАМИ СУМІЖНОГО ТРЕНІНГУ

Малолєпший С.Б., Бурхайло В.А., Михайлов О.О.19

СЕКЦІЯ ІІ.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

THE INFLUENCE OF CROSSFIT EXERCISES ON THE LEVEL OF PHYSICAL
PREPAREDNESS OF WOMEN-LAW ENFORCEMENT AGENTS (CADETS)
DURING SECTIONAL CLASSES IN WEIGHT-MOUNTING SPORTS

Turchynov A., Tertov O., Khatsaiuk O.23

ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЗДОБУВАЧІВ
ВИЩОЇ ОСВІТИ СИСТЕМИ МВС УКРАЇНИ ЗАСОБАМИ КОЛОВОГО
ТРЕНУВАННЯ

Горпинич Г.Ф., Хацаюк О.О., Іванченко О.М.25

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ
ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Любич Р.І., Шевченко Т.Г., Хоролець Є.І.28

МОЖЛИВОСТІ АКВААЕРОБІКИ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Середа І.О., Лаврін Г. З.30

МОТИВАЦІЯ УЧНІВ ВИЩОГО ПРОФЕСІЙНОГО УЧИЛИЩА ДО ЗАНЯТЬ
ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Чекіна В.Д.36



ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ Вербовий В.П.	39
--	----

РОЛЬ ПАТРІОТИЗМУ В ОЛІМПІЙСЬКОМУ ВИХОВАННІ Олефіренко В.О.	42
--	----

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ ЗАСОБАМИ ТАКТИЧНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ІЗ УРАХУВАННЯМ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ Гарбузюк К.Г.	46
--	----

УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СПРИНТЕРІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ Хацяук О.В., Белошенко Ю.К., Пустовіт А.П.	51
---	----

УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ Забора А.В., Калюжний М.Г., Бутенко К.В.	55
--	----

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ТРАДИЦИОННЫЕ И ВОСТОЧНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА В КОНТЕКСТЕ ИНСТИТУЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ ДИПЛОМАТИИ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ: МЕЖДУНАРОДНО-ПОЛИТИЧЕСКИЙ ДИСКУРС Циватый В.Г.	59
---	----

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА МОЛОДІ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ Лопатін В.В.	63
---	----

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ СИСТЕМИ МВС Калинчук Л.М., Равлюк І.І., Смучок В.Є.	65
---	----

ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК САМООБОРОНИ У МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ НАВЧАННЯ Кабазова М.Г., Якименко Д.К.	68
---	----

СЕКЦІЯ ІІІ.

СУЧАСНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ВИЩІЙ ШКОЛІ

ВИВЧЕННЯ ПРАВОРОЗУМІННЯ В КОНТЕКСТІ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ Хлонь О.М.	71
--	----

ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ ЄДИНОБОРЦЯМИ В УМОВАХ САМОІЗОЛЯЦІЇ Ярещенко О.А., Кравченко А.Ю., Цепух В.С.	73
---	----



КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ ТА РІВНІ СФОРМОВАНOSTI ГОТОВНОСТІ
МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ ДО ВИКОНАННЯ
ЗАВДАНЬ З ОХОРОНИ ПРАВ І СВОБОД ЛЮДИНИ ТА ПРОТИДІЇ
ЗЛОЧИННОСТІ

Моргунов О.А., Колесніков В.В., Лукін Б.П.77

ПЕДАГОГІЧНА МОДЕЛЬ КЕРІВНИЦТВА ОСОБИСТІСНИМ ЗРОСТАННЯМ
СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Павлов Р.В., Казначесв В.М., Надутый А.В.81

СПЕЦИФИКА ДИСТАНЦИОННОГО ОНЛАЙН ОБУЧЕННЯ В УСЛОВИЯХ
ИНФОРМАТИЗАЦИИ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Тюкмаева А.М.84

СЕКЦІЯ IV.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ

ГАСТРОНОМІЧНИЙ ТУРИЗМ ТА РЕКРЕАЦІЯ ІВАНО-ФРАНКІВСЬКОЇ
ОБЛАСТІ

Хом'як І.В.91

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОЇ КОРОНАВІРУСНОЇ
ІНФЕКЦІЇ

Єрмоленко А.С., Лісова Є.М., Шарун С.Н.94

УЧАСНИКИ КОНФЕРЕНЦІЇ98



СЕКЦІЯ І. СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНІ, ТРАДИЦІЙНІ ТА СХІДНІ ЄДИНОБОРСТВА

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НАЧИНАЮЩИХ ДЗЮДОИСТОВ

Мамедов Заур Заир оглы

магистр, старший преподаватель

*Азербайджанская Государственная Академия
Физической Культуры и Спорта*

Джалалов Яшар Сулейман оглы

старший преподаватель

*Азербайджанская Государственная Академия
Физической Культуры и Спорта*

Ибрагимова Диляра Сергеевна

старший преподаватель

*Азербайджанская Государственная Академия
Физической Культуры и Спорта*

РЕСПУБЛИКА АЗЕРБАЙДЖАН

В современных условиях развития теории спортивной тренировки в целом и борьбы в частности многие ученые уделяют особое внимание процессу организации многолетней тренировки спортсмена. Формирование четкой преемственности в развитии физических и технических качеств [1].

В весовой категории может быть только один победитель, а претендентов много. С первого квалификационного соревнования большинство занимающихся сталкивается с проблемой несоответствия возможностей уровню притязаний.

В интересующем нас дзюдо есть обширная база приемов. С учетом вариаций базовых приемов дзюдо может иметь более тысячи вариантов атакующих и контратакующих действий. Следует также отметить постоянное усиление конкуренции на международной арене и повышение требований к качеству технической и тактической подготовки, особенно в связи с изменением условий соревновательной деятельности, в связи с постоянным изменением правил соревнований [2].



Хорошо известно, что высококвалифицированный дзюдоист должен быть сильным и выносливым, быстрым, проворным и гибким, а в конечном итоге отважным и целеустремленным. Однако двигательные качества связаны с генетическим кодом, то есть пределы их развития присущи человеку. С другой стороны, постоянное развитие одних ограничивает возможности совершенствования других. И, наконец, из-за нехватки времени невозможно развить какие-либо двигательные качества в очень высоких условиях тренировочного процесса. Как показывает практика, предела технико-тактического совершенствования пока не видно. Спортсмен должен уметь логично и быстро мыслить, чтобы придумывать правильный тактический план схватки и вовремя реализовать его техническим действием. Большое внимание уделяется развитию этих качеств у спортсменов в учебно-тренировочной работе.

Необходимо искать пути улучшения результатов в индивидуальных схватках за счет рационального использования технического мастерства на основе высокой тактической подготовки бойцов, так как оно играет важную роль в достижении победы над противником. Это позволяет более рационально распределять силы в процессе соревнований, более качественно выполнять свои атакующие приемы, что, в конечном итоге, позволяет правильно решать поставленные задачи по достижению высоких спортивных результатов [3].

Под «технической подготовкой» спортсмена принято понимать совершенствование разученных приемов с последующим их применением в условиях сопротивления. Как и любая разумная тренировка, техническая подготовка спортсмена - это процесс управления формированием знаний, навыков и умений (в данном случае связанных с техникой двигательных действий). Он следует общим принципам дидактики и руководящим принципам методики физического воспитания.

Отсутствие системы тренировок в таком технически сложном виде спорта, как дзюдо, может привести к хаотичной тренировке навыков и снижению универсальности спортсмена. А высшим критерием определения мастерства дзюдоиста является его разносторонняя и эффективная техническая подготовка.

Техническая подготовленность характеризуется степенью владения спортсменом системой движений, которые соответствуют особенностям этого вида спорта и гарантируют достижение высоких результатов.

Дзюдо - это спорт с чрезвычайно сложной и разнообразной техникой движений. Составляющими техники боя являются базовые приемы и позиции, их модификации, сложные технико-тактические действия



(комбинации и контрмеры), элементарные действия (движения, выведение и равновесия, страхование партнера и самострахование).

При определении содержания технико-тактической подготовки специалисты по борьбе отмечают необходимость установления связи между соревновательной деятельностью и содержанием технико-тактической подготовки бойцов. В то же время некоторые специалисты рекомендуют с первых занятий соблюдать пропорции между временем, отведенным на тренировки, и совершенствованием приемов в зависимости от их применения на соревнованиях. Эти эксперты считают, что следует тратить больше времени на освоение высокопроизводительных и часто используемых приемов, чем тех, которые редко используются в поединке. Таким образом, по мнению многих авторов, из наиболее эффективных приемов следует формировать индивидуальную команду технико-тактических действий. Это решение одной из основных задач учебно-тренировочного процесса по дзюдо.

Однако, несмотря на принятый подход к определению содержания обучения приемам борьбы, есть исключения, т.е. приемы, редко встречающиеся в соревновательных поединках, но необходимые для формирования базовой техники дзюдо.

При определении порядка изучения технико-тактических действий борьбы дзюдо следует руководствоваться дидактическими принципами обучения двигательной деятельности. Наиболее рациональной последовательностью изучения приемов является последовательность освоения приемов, при которой изучение продолжается в соответствии с возрастающей физической сложностью и увеличением количества технических действий [4].

Согласно правилам борьбы, дзюдо техника оценивается по следующим параметрам: точность, скорость и сила. Чем лучше эти характеристики, тем больше методик будет оценено. Поэтому качеству приема уделяется наибольшее внимание. Процесс технического совершенствования борца условно можно разделить на два этапа.

Первый этап начинается, когда осваиваются технические основы вида борьбы дзюдо, обычно в первые годы обучения. Этот этап характеризуется ограниченным количеством соревнований. Его продолжительность зависит от того, насколько эффективно освоены элементы техники. Для физически подготовленных спортсменов этот период короче, поскольку меньше времени уходит на устранение физических недостатков и развитие основных качеств, а больше внимания уделяется непосредственно технической подготовке. В период освоения основ приемов борьбы дзюдо не следует увлекаться



индивидуализацией приемов. Методы следует изучать в их наиболее подходящей и простой академической структуре. Для увеличения разнообразия и богатства моторики, универсальности дзюдоиста необходимо в этот момент постараться овладеть, по возможности, большим количеством приемов. Это разнообразие пригодится, когда мы будем продолжать совершенствовать технологию. Тогда спортсмену будет легче изменить свою индивидуальную технику, основываясь на широком диапазоне приобретенных ранее моторных навыков.

Второй этап начинается после того, как вы освоите элементы базовой техники. Это подбор и доработка индивидуального арсенала приемов. Наряду с этим постоянно повторяются старые техники и исследуются новые. Освоение новых приемов и повторение старых обязательно для всех, независимо от класса и подготовки спортсмена. В индивидуальной технике в основном отрабатываются техники, к которым дзюдоист наиболее приспособлен. И это не значит, что дзюдоист будет привязан к определенной группе приемов на протяжении всей своей спортивной жизни. И если в первые годы тренировок борец ограничен в выборе технических действий из-за имеющихся физических недостатков, то позже, когда эти недостатки будут устранены, у него появится возможность освоить те приемы, которые были ранее невыполнимы для него.

Задача каждого участника поединка - вывести партнера из устойчивого равновесия и изменить его положение по отношению к татами [5].

В борьбе видное место на соревнованиях не является безусловной характеристикой мастерства. На некоторых соревнованиях спортсмен может хорошо выступить - стать чемпионом или победителем. По остальным - проиграть первую схватку и отказаться от продолжения борьбы за титул. Это говорит о том, что атлет психологически еще не устойчив.

Список использованных источников:

- [1] Avilov, V.I. (2019). *Novye vozmozhnosti v tehnikе bor'by sambo*. Moskva: Profit Stajl. Avilov V.I. New possibilities in sambo wrestling technique/ V.I. Avilov. Moscow: Profit Style.
- [2] Maksimov, D.V. Sambo. (2014). D.V. Maksimov, V.N. Selujanov, S.E.Tabakov. Moskva: Divizion. Maksimov D.V. Sambo. Judo/ D.V.Maksimov, V.N. Seluyanov, S.E Tabakov. Moscow: Division.
- [3] Rodzher, M. (2015). *Dzjudo. Vse tehniki i osnovnye uprazhnenija*. Moskva: Jeksmo-Press, Roger M. Judo. All techniques and basic exercises. Moscow: Eksmo-Press.
- [4] Shestakov, V.B. (2011). *Dzjudo. Uchebniki i uchebnye posobija*. V.B. Shestakov, S.V. Eregina. Moskva: Sovetskij Sport. Uchebniki i uchebnye posobija. Moskva: Sovetskij Sport.
- [5] Shestakov, V.B. (2012). *Sambo*. V.B. Shestakov, S.V. Eregina, F.V. Emel'janenko. Moskva: OLMA. Moscow: OLMA.



DOI 10.36074/knuia2020.01

УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ САМБІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

ORCID ID: 0000-0003-0151-388X

Ковальов Ігор Миколайович

кандидат юридичних наук,
старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

Савич Катерина Олександрівна

курсант факультету №1 (Ф1-304)
Харківський національний університет внутрішніх справ

Іванчук Вікторія Сергіївна

курсант факультету №2 (Ф2-303)
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Сучасний рівень розвитку неолімпійських видів спорту, зокрема боротьби самбо, вимагає від єдиноборців високих професійних компетентностей, які забезпечують стабільні спортивні показники під час участі у змаганнях різних рангів. Разом з тим, на сьогодні, від самбістів високої кваліфікації вимагається: активне самовдосконалення, постійне розширення системи набутих знань, практичних навичок та опанування новими прикладними компетентностями.

Зазначене вище зумовлює неабияку значущість таких форм організації системи багаторічної підготовки самбістів високої кваліфікації, які забезпечували б неперервний процес саморозвитку. Однією із найважливіших форм безсумнівно є – науково-дослідницька діяльність, яка спрямовує особистість на пошук оптимальних, інноваційних засобів підвищення ефективності її спортивних показників, що підкреслює актуальність обраного напрямку дослідження.

Моніторинг науково-методичної, спеціальної літератури та інтернет-ресурсів у обраному напрямі дослідження дозволив нам визначити ряд науковців: Ананченка К.В., Єганова А.В., Єрегіна С.В., Коблева Я.К., Моргунова О.А., Пархомовича Г.П., Петрова А.С., Журавля О.В., Хацаюка О.В., та інших учених і практиків, які у своїх працях висвітлили основні складові організації системи багаторічної підготовки єдиноборців високої кваліфікації.



У свою чергу, система побудови ефективних педагогічних моделей, які забезпечують формування професійних компетентностей у представників різних груп населення викладено у наукових працях: Спенсера Л.М. [1], Усеїнової Л.Ю. [2], Уліча В.Л. [3] та інших учених і практиків (Вішнікіна Л.П., Капської А.Й., Монастирної Г.В., Поліщука В.А., Пушкар Т.М.). Не дивлячись на значну кількість робіт обраного нами напряму дослідження, питання формування професійних компетентностей самбістів високої кваліфікації засобами спеціальної фізичної підготовки нами не виявлено, що потребує подальших наукових розвідок.

Головною метою дослідження є – розроблення та апробація педагогічної моделі формування професійних компетентностей самбістів високої кваліфікації засобами спеціальної фізичної підготовки.

На першому етапі дослідно-експериментальної роботи здійснено аналіз науково-методичних та спеціальних джерел у обраному напрямі дослідження. У відповідності до результатів аналізу теоретико-методологічних основ забезпечення системи багаторічної підготовки спортсменів-самбістів до змагань вищих рангів, нами було розроблено та апробовано педагогічну модель формування професійних компетентностей самбістів високої кваліфікації із використанням засобів спеціальної фізичної підготовки (СФП).

З метою апробації, зазначеної вище моделі в системі їх багаторічної підготовки, було проведено педагогічний експеримент, у якому прийняли участь самбісти високої кваліфікації (члени збірної команди ХОО ФСТ «Динамо», $n=12$ осіб). Досліджуваних самбістів було розподілено на контрольну групу (Кг, $n=6$ осіб) та експериментальну групу (Ег, $n=6$ осіб). До початку педагогічного експерименту самбісти зазначених груп за рівнем розвитку СФП достовірно не відрізнялися ($P>0,05$).

Під час педагогічного експерименту досліджувані самбісти Кг використовували традиційну методику розвитку та удосконалення СФП, яка передбачена відповідними планами їх тренувань, і які регламентовані відповідними нормативно-правовими (керівними) документами. У свою чергу, досліджувані самбісти Ег додатково використовували розроблену нами «педагогічну модель» в системі їх багаторічної підготовки, що сприяло підвищенню спортивно-технічної майстерності єдиноборців на етапі вищої спортивної майстерності. Варто також зауважити, що зазначена «педагогічна модель» використовувалася тричі на тиждень упродовж зазначеного періоду педагогічного експерименту. Важливим є той факт, що змістову частину СФП самбістів складають відповідні функціональні засоби та фізичні вправи, які сприяють підвищенню



техніко-тактичної підготовленості борців, а також забезпечують перевагу (перемогу) під час змагальної сутички.

Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами «педагогічної моделі» встановлено, що результати отримані наприкінці педагогічного експерименту у досліджуваних групах суттєво підвищилися у порівнянні із вихідними даними і ці відмінності в основному достовірні (Eg , $P < 0,05$).

Висновок. В результаті дослідження розроблено та апробовано педагогічну модель формування професійних компетентностей самбістів високої кваліфікації із використанням засобів спеціальної фізичної підготовки. Результати отримані наприкінці педагогічного експерименту, а також показники техніко-тактичної та СФП досліджуваних Eg свідчать про високу ефективність розробленої нами «педагогічної моделі». Основними компонентами змісту «педагогічної моделі» є: спеціальні блоки складнокоординаційних технічних дій; фізичні вправи для розвитку вестибулярної стійкості; спеціальні підготовчі вправи з елементами техніко-тактичної складової боротьби дзюдо; рухливі ігри (регбол, міні-футбол, баскетбол та інш.).

Список використаних джерел:

- [1] Спенсер, Л. М. *Компетенции на работе. Модели максимальной эффективной работы*. Пилипенко, В. П. (ред.) *Педагогические технологии* (с. 112-114). Москва: ФиС.
- [2] Усеинова, Л. Ю. (2007). Теоретические аспекты формирования профессионально-практической компетентности будущих инженеров-педагогов в процессе производственной практики. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*, (17), 387-398.
- [3] Уліч, В. Л. (2007). *Педагогічні умови формування готовності майбутніх офіцерів до управлінської діяльності* (автореф. дис. ... канд. пед. Наук). Нац. акад. Держ. прикордон. військ України ім. Б. Хмельницького. Хмельницький, Україна.



УКРАЇНСЬКІ «БОЙОВІ СТИЛІ» ЯК СУЧАСНІ НАЦІОНАЛЬНІ СИМУЛЯКРИ

Богород Анатолій Володимирович

старший науковий співробітник

Національний центр народної культури «Музей Івана Гончара»

УКРАЇНА

В кожній країні для підготовки військовиків та правоохоронців використовують найбільш відомі і найбільш дієві бойові практики («рукопаші»), необхідні для нападницьких та оборонних завдань військ зовнішнього та внутрішнього призначення [7]. Свої традиції (звичаї) при підготовці військовослужбовців особливого призначення виробилися і установилися в республіках (державках), які належали до Радянському Союзу. Традиції українських збройних формувань ХХ ст. були тотожні багато в чому традиціям російських (радянських) збройних сил.

Але після проголошення Незалежності України національний ренесанс вплинув на зміни акцентів у розвитку фізичної культури українців [10]. Патріотично налаштовані спортсмени і військовики отримали змогу відкрито досліджувати і відновлювати військові традиції попередніх поколінь і минулих століть [8]. У зв'язку з цим, почали створюватися рухи з відродження (відновлення) національних традицій фізичної культури українців, росіян, білорусів. Коли відроджувати і відновлювати не вдавалося, з причини відсутності будь-якої наукової та етнографічної інформації, тоді окремі ентузіасти від фізичної культури вдавалися до «віднайдень традицій» [14]. Таким чином, почали з'являтися, «немов гриби після дощу», різні напрямки «національних» чи національно-патріотичних, «звичаєво-традиційних» стилів бойових мистецтв і психофізичних практик.

Загалом всі бойові стилі сьогодні можна поділити на два головні напрямки.

Перший напрямок – це суто прикладні (дієві) системи – «технічні практики», призначені для військовослужбовців, співробітників міліції і органів безпеки, для працівників охоронних структур, а також для самозахисту від збройного (у тому числі групового) нападу. Серед них найбільш відомі, скажімо в Росії та Україні: **система А. Кадочнікова** з Краснодару (її першу почали називати «російським стилем»); **[система] А. Ретюнських** з Москви (**система «Росс»**); **[система] А. Лаврова** з Єкатеринбурга [12].



Другий напрям – це системи фольклорно-етнографічного і танцювального походження [4]. Згідно дослідження українського науковця, львів'янина А. Гачкевича [2] до них зачисляють такі: **“Асгарда”** (Володимир Пилат, Катерина Тарновська); **“Бойовий Гопак”** (Володимир Пилат) [9]; **“Бойовий Аркан”** (Р. Ткач і М. Леміш м. Верховина Івано-Франківської) [6]; **“Гопки-Спас”**, (м. Київ); **“Метелиця”** (м. Харків); **“Сварга”**, (м. Свалява); **“Спас”** (Олександр Притула, м. Запоріжжя) [11]; **“Собор”** (м. Київ); **“Триглав”** (Володимир Куровський з Кам'янець-Подільського, учень В. Пилата) [5]; **“Український рукопаш “Гопак””** (М. Величкович, учень В. Пилата) [1]; **“Український рукопаш “Спас””** (Леонід Безклубий, м. Одеса); **“Хрест”** (м. Хмельницький).

В Росії створені та існують свої “бойові” стилі: **“Славяно-Горіцкая борьба”** (А. Белов); **“Буза”** (Р. Базлов); **“Скобарь”** (А. Грунтовський) [3]; **“Лесной воїн”** (А. Петрухин); **“Коло”** (О. Онопченко); **“Трізна”** (А. Туманів); **Лютый бой** (А. Егоров); **“Кружала”** (М. Свинок); **“Челдон”** (К. Робота); **“Пріклад”**; (А. Никонов); **“Ярг”** (В. Голяків) та ін. [12].

Всі школи “українського” і “російського” стилю виробили переважно спільні (схожі) теоретичні засади (положення): 1) проголосили пряме спадкоємство кожної з них народній традиції бойового мистецтва: в одних випадках – напівзабутої, а нині реконструйованої, в інших – що “збереглася майже без змін”; 2) проголосили принципову відмінність цих шкіл від східних бойових мистецтв в технічному, психологічному, тактичному і навіть загальнофізичному аспектах; 3) заявляли, що православ'я або язичництво складає ідейну основу кожної конкретної школи; 4) запровадили власну термінологію і символіку, однаково віддалену від традиційної східної і сучасної спортивної; 5) оголосили про абсолютно незвичайні бойові достоїнства шкіл національного стилю.

Фактичні засновники походження своїх шкіл виводять або з праслов'янського, або з якогось конкретного українського чи російського кулачного бою, що існував, нібито, з незапам'ятних часів у вигляді групових сутичок (“стінка на стінку”, “лава на лаву” або “сцеплялка-звалка”) і парних поєдинків (“мисливський бій”). До того ж, про цю бійку говорять як про технічно витончену і, до того ж, засновану на принципах лицарства, благородства, гуманності і справедливості. Але, на противагу цим заявам, польові дослідження етнографів та інших науковців, які не стоять на крайніх позиціях націонал-патріотизму, свідчать про інше.

Зазвичай стінкові (стіночні або валочні) бої перетворювалися на масові побоїща, а сцеплялка-звалка була в минулому бійкою, із звичаєвим використанням палиць, обушків (обухів), свинцевих заначок, ножів. “Стінка” або “зцеплялка” (сцеплялка), після якої [переважно] залишалося кілька убитих або покалічених учасників, – була звичним явищем.



Універсал Гетьмана Івана Скоропадського проти вечорниць, кулачних боїв, зібрань на Купала 1719 року забороняв **“кулачні бої, під час яких багато молодих людей калічаються”** [13]. Але заборони не приносили відчутного результату.

Для парного поєдинку [двобою] з прадавніх часів були характерні високі відкриті стійки, відсутність ухильня, відходів, піднирювань. Уміння “тримати удари” і терпіти біль цінувалася надзвичайно високо, відсутність ударів ногами (ноги інколи задіювали для підсічок), а в техніці рук використовувалися виключно кулаки. На руки досить часто одягали рукавиці, інколи обшиті металевими бляхами. Іншими словами, їхня техніка і тактика залишалися примітивними, тобто простими, а вирішальним чинником в бою була переважно фізична сила.

По суті, технічну основу сучасних “українських” і “російських” шкіл прикладного напрямку склали елементи таких японських систем самозахисту, як дзю-до і дзю-дзюцу, що поширилися в СРСР з середини 20-х років завдяки діяльності В. Спірідонова, Н. Ознобішина і В. Ощепкова.

Стосовно шкіл другого напрямку (тобто, фольклорно-етнографічного і танцювального), то всі вони без виключення заявили про себе починаючи з 90-х років ХХ століття [протягом лише останніх десятиліть]. В основі їх техніки лежить конгломерат, тобто мішанина прийомів вітчизняного походження, власних фантазій авторів цих систем, а також ряду елементів східних єдиноборств, бойових стилів і бойових шкіл (в основному китайських або корейських). Говорити про якусь перевагу систем цього напрямку над східними бойовими мистецтвами не має жодних підстав, не доводиться. Вони серйозно поступаються і таким західним видам (стилям) як англо-американський і французький бокс.

Якби у 70-х роках у Радянському Союзі не почалася мода на карате, а потім тхэквондо, ушу і ніндзюцу, школи фольклорно-етнографічного напрямку “українського” і “російського” стилю” можливо б і не з’явилися. Їх поява – це всього лише запізніла реакція на “вітер зі Сходу”. Їх творці переймають модель східних шкіл: їх або наслідують, підшуковуючи вітчизняні привабливі і гучні “замінники”: в українців – “Бойовий Гопак, “Спас” у росіян – “Слов’яно-горіцька боротьба”, “Буза”. Головне те, що на Русі і в Московському Царстві таких шкіл ніколи не було.

Висновок. Феномен “українського бойового стилю” належить переважно до сфери ідеології і моди, пов’язаний з питаннями самоствердження окремих осіб в такій сфері суспільного життя як “національні бойові мистецтва” задля протиставлення східним бойовим єдиноборствам. Нині ці рухи переймають ознаки релігійного апофеозу, адепти яких вже не потребують і не шукають наукового підтвердження і не переймаються справжніми і первинними ґенезами постання і



становлення своїх псевдо національних симулякрів. Проте, будь-яке національно-ідеологічне явище культури і побуту народу рано чи пізно постане перед безкомпромісним поглядом націології та етнології. Тому доказова база буде або накопичуватись і утверджуватись, або буде спростована і критикована в майбутньому.

Список використаних джерел:

- [1] Величкович, М. & Мартинюк, Л. (2003) Український рукопаш гопак. 146.
- [2] Гачкевич, А. Становлення і розвиток українських національних єдиноборств на сучасному етапі. Вилучено з: <http://bhbohun.at.ua/publ/2-1-0-33>
- [3] Грунтовский, А. & Розан, А. (1993) Русский кулачный бой. История, этнография, техника. 159.
- [4] Каляндрук, Т. (2007) Таємниці бойових мистецтв України. 304.
- [5] Куровський, В. (2002) Триглав – священна зброя характерників. *Українські національні єдиноборства: становлення і розвиток*. 26–32.
- [6] Леміш, М. (2006) Бойовий “Аркан”. *ХайВей*. Вилучено із: <https://h.ua/story/8554/>
- [7] Мандзяк, А. & Артеменко, О. (2002) Энциклопедия традиционных видов борьбы народов мира. 380.
- [8] Пилат, В. (2016) Бойовий гопак і основи захисту Вітчизни. 170.
- [9] Пилат, В. (1999) Бойовий Гопак. 354.
- [10] Пилат, В. & Приступа, Є. (1991) Традиції української національної фізичної культури. 102.
- [11] Притула, О. (2000) Українське бойове мистецтво Спас. 60.
- [12] Тарас, А. (1996) Боевые искусства. 200 школ боевых искусств Востока и Запада: Традиционные и современные боевые единоборства Востока и Запада. 640.
- [13] Универсал гетмана Скоропадского о вечерницах, кулачных боях, сборищах под Ивана Купала и проч. 1719 года. (1894). *Киевская старина*, (45). 542–543.
- [14] Яськов, В. (2007) Симулякр+фейк або Совецьке бомбування. *День*. Вилучено з: <https://day.kyiv.ua/uk/blog/polityka/symulyakrfeyk>



DOI 10.36074/knuia2020.02

ФОРМУВАННЯ ЕНЕРГОЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ САМБІСТІВ ЗАСОБАМИ СУМІЖНОГО ТРЕНІНГУ

ORCID ID: 0000-0002-3225-7244

Малолєпший Сергій Броніславович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0002-4329-9140

Бурхайло Владислав Андрійович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

Михайлов Олег Олегович

курсант факультету №1 (Ф1-407)

Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

На сьогодні у системі багаторічної підготовки самбістів спостерігаються двоякі обставини, за яких із одного боку відомо про наявність у єдиноборців відповідних резервів для оптимізації фізичної працездатності (енерговитрат упродовж змагальної сутички та під час тренувань), а з іншого боку – спостерігається недостатній рівень теоретичних знань та практичних засобів щодо перспективних шляхів визначення і використання додаткових енергорезервів атлетів.

Слід також підкреслити, що саме єдиноборства, традиційно відносяться до видів спорту, у яких провідну та нерідко вирішальну роль під час змагальної сутички відіграє фізична та спеціальна фізична підготовленість індивіда. Чисельні наукові дослідження теоретиків та практиків єдиноборств: Ананченка К.В., Хацаюка О.В., Моргунова О.А., Яреценка О.А., Белошенка Ю.К., Оленченка В.В., Корольова А.І., та інших учених і практиків у напрямі дослідження фізіологічних функцій єдиноборців, педагогічні спостереження в умовах їх тренувальної діяльності (змагальна практика) підтверджують той факт, що високий рівень функціональної працездатності є основним фактором успішної реалізації техніко-тактичних дій в змагальних умовах. Тому актуальність обраного напрямку дослідження є очевидною.

У відповідності до результатів аналізу науково-методичної та спеціальної літератури [1-3], нами встановлено, що у зазначених наукових



працях, на сьогодні недостатньо висвітлені актуальні питання формування енергозберезувальної компетентності самбістів із використанням засобів суміжного тренінгу, що потребує додаткового дослідження.

Головною метою дослідження є – визначення ефективності впливу інтервального бігу на розвиток аеробно-анаеробної працездатності, як складової енергозберезувальної компетентності самбістів (на прикладі курсантів, членів збірної команди Харківського національного університету внутрішніх справ з боротьби самбо).

Під час дослідження ефективності існуючих педагогічних технологій формування професійних компетентностей єдиноборців високої кваліфікації з боротьби самбо в системі їх багаторічної підготовки, членами науково-дослідної групи встановлено, що розвиток аеробно-анаеробної працездатності здійснюється не в повному об'ємі.

З метою досягнення мети та вирішення практичних завдань дослідження, було розроблено педагогічну модель формування енергозберезувальної компетентності курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС), які займаються боротьбою самбо із акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу). Надалі, для підтвердження ефективності розробленої нами зазначеної педагогічної моделі, організовано педагогічний експеримент.

У дослідженні прийняли участь курсанти, члени збірної команди ХНУВС з боротьби самбо ($n=8$ чол., експериментальна група; $n=8$ чол., контрольна група). Упродовж педагогічного експерименту досліджувані контрольної групи (Кг) використовували традиційну методику формування енергозберезувальної компетентності самбістів передбачену відповідними навчальними планами та іншими керівними документами організації тренувального процесу єдиноборців. У свою чергу, досліджувані курсанти експериментальної групи (Ег) додатково використовували розроблену нами педагогічну модель.

На початку педагогічного експерименту членами науково-дослідної групи були проведені функціональні випробування, які спрямовані на визначення початкового рівня розвитку сформованості аеробно-анаеробної працездатності, як провідної складової енергозберезувальної компетентності досліджуваних самбістів. До початку педагогічного експерименту досліджувані спортсмени-єдиноборці Кг та Ег за рівнем розвитку аеробно-анаеробної працездатності достовірно не відрізнялися ($P>0.05$).

Надалі, із досліджуваними Ег упродовж педагогічного експерименту ми використовували суміжний тренінг, який передбачав акцентоване



використання інтервального методу тренування та спеціальних бігових вправ, завданнями якого було – досягнення високого рівня аеробно-анаеробної працездатності самбістів, як провідної складової енергозберезувальної компетентності єдиноборців, що забезпечує високу результативність під час їх змагальної діяльності.

Крім цього, для визначення впливу тренувального навантаження у вигляді інтервального бігу, членами науково-дослідної групи було здійснено аналіз змін відсоткового співвідношення частоти серцевих скорочень (ЧСС) упродовж педагогічного експерименту. Експериментальним шляхом встановлено, що у досліджуваних Ег в результаті тренувальних навантажень, організм самбістів на початку навантаження виходив на мінімальну ЧСС 118 ± 3 уд/хв., та швидко подолавши інтервал пульсу від 129 ± 3 до 157 ± 4 уд/хв., основну роботу здійснював у межах ЧСС 169 ± 2 уд/хв.

Варто зауважити, що при порогових рівнях тренувальних навантажень за запропонованою нами методикою, ЧСС сягала – 187 ± 6 уд/хв. Важливим є те, що під час тренувального циклу, навантаження, яке виконувалося на рівні ЧСС 169 ± 2 уд/хв змінювалося гетерохронно. На початку циклу, зазначене навантаження, яке виконувалося у межах ЧСС 171 ± 2 уд/хв, збільшувалося через тренування і на заключному етапі у річному циклі підготовки єдиноборців зменшилася та сягала показників ЧСС на рівні 176 ± 3 уд/хв.

Зазначені вище зміни свідчать про те, що організм досліджуваних самбістів Ег під час виконання тренувального навантаження формував специфічні адаптаційні механізми (упродовж 12 тренувань) в аеробно-анаеробному режимі, і наприкінці педагогічного експерименту був готовим до переходу на більш високий рівень навантаження, де значну роль відіграють гліколітичні механізми енергозабезпечення.

Важливо також підкреслити, що до 6 тренування, у відповідності до розробленої нами педагогічної моделі, зміни концентрації лактату в крові досліджуваних Ег не мали певної залежності. Згодом пізніше (8 тренування), об'єм виконаної роботи та лактат крові, отримали різноспрямований розвиток, а саме – об'єм роботи збільшився, а лактат крові зменшився (із урахуванням того факту, що ЧСС у зазначений період – збільшилася).

Зазначений результат свідчить про те, що збільшився пороговий рівень аеробно-анаеробної працездатності (компетентності) досліджуваних самбістів Ег. Крім цього, у відповідності до результатів педагогічного експерименту, членами науково-дослідної групи, були отримані результати, які характеризують зміни у дихальній системі досліджуваних Ег та Кг.



Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі формування енергозберезувальної компетентності курсантів ХНУВС, які займаються боротьбою самбо із акцентованим впливом засобів суміжного тренінгу (інтервального бігу) встановлено, що результати отримані після педагогічного експерименту у досліджуваних групах суттєво підвищилися у порівнянні із вихідними даними і ці відмінності в основному достовірні (E_g , $P < 0,05$).

Висновок. Таким чином, в результаті педагогічного експерименту, нами визначено та підтверджено високу ефективність впливу інтервального бігу на розвиток аеробно-анаеробної працездатності, як складової енергозберезувальної компетентності курсантів ХНУВС, членів збірної команди з боротьби самбо. Крім цього, розвиток аеробно-анаеробного компоненту спеціальної витривалості за допомогою інтервального бігу, здійснює на організм досліджуваних єдиноборців E_g навантаження на рівні нижче 169 ± 2 уд/хв. (середньої ЧСС), при збільшенні лактату крові до 6,8 ммоль/л, що призводить до зменшення бронхіальної прохідності та легеневої потужності, а також збільшенню максимальної вентиляції легень на 9,0 %. Ефективність запропонованої нами педагогічної моделі підтверджена високими показниками змагальної діяльності досліджуваних E_g .

Список використаних джерел:

- [1] Каражанов, Б. К., Сариев, К. С., Шиян, В. В. (2016). Влияние анаэробных нагрузок на динамику показателей работоспособности квалифицированных дзюдоистов. *Теория и практика физической культуры*, (4), 19-20.
- [2] Тараканов, Б. И. Педагогические основы управления подготовкой борцов. Селуянов, А. П. (ред.) *Единоборства* (с. 124-129). С-Пб: СПбГАФК.
- [3] Пашинцев, В. Г. Биологическая модель функциональной подготовки дзюдоистов. Тимофеев, И. С. (ред.) *Спортивные единоборства*. (с. 210-220). Москва: Советский спорт.



СЕКЦІЯ II. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

DOI 10.36074/knuia2020.03

THE INFLUENCE OF CROSSFIT EXERCISES ON THE LEVEL OF PHYSICAL PREPAREDNESS OF WOMEN-LAW ENFORCEMENT AGENTS (CADETS) DURING SECTIONAL CLASSES IN WEIGHT-MOUNTING SPORTS

ORCID ID: 0000-0001-6089-7794

Turchynov Artem Vasilyevich

Deputy Head of the Department of Physical Training and Sports

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor

National Academy of the National Guard of Ukraine

UKRAINE

Tertov Oleg Vladimirovich

Instructor in physical training and martial arts

Sports club Metropolitan Barcelona

KINGDOM OF SPAIN

ORCID ID: 0000-0003-0671-1877

Khatsaiuk Oksana Olehivna

Practical psychologist of the 2nd category

Preschool education institution №18 (Kharkiv)

UKRAINE

At the present stage of development of weightlifting it is necessary to find new means and methods of training that would improve the functional state, increase motor fitness and strengthen the health of women law enforcement officers (cadets of higher military educational institutions of the National Guard of Ukraine) [1].

The purpose of the work is to substantiate the effectiveness of CrossFit exercises within the program of sectional classes in weightlifting in a higher military educational institution.

Objectives of the study: to develop a method of sectional weightlifting classes for female cadets with the help of a CrossFit system; to check the



effectiveness of the proposed method of training by assessing its impact on the level of physical fitness. The study was conducted on the basis of NANGU (2019-2020, Kharkiv). The pedagogical experiment was attended by cadets (women) who are engaged in the weightlifting section. CrossFit training sessions were a comprehensive multifunctional training that contributed to the development of physical qualities in the studied cadets.

The difference in performance before and after the experiment is statistically significant in all tests. The most significant increase in the test "Pull-ups from a height on a high crossbar" (93.65% at $p \leq 0.05$), the relative increase in the level of development of physical qualities is also marked by positive dynamics in the range from 28% to 47% (at $p \leq 0.05$). Training under the experimental program contributed to the readiness of female cadets to meet the standards of weightlifting and the requirements of the Instruction on the organization of physical training at NGU [2].

Conclusion. The system of CrossFit trainings developed by us is aimed at developing the level of physical fitness of female cadets, improving their functional indicators. The combination of CrossFit and weightlifting promotes the development of different physical qualities in the studied cadets 2-4 years of study, which in turn has a positive effect on preparation for competitions of different ranks in weightlifting and functional readiness, which ensures readiness to perform tasks on purpose.

References:

- [1] Забродський, С. С. Інструкція з організації фізичної підготовки в Національній гвардії України. Лещеня, С. В. (ред.). *Інструкція* (140 с.). Київ: НГУ.
- [2] Хацаюк, О. В. (2019). Сутність та структура готовності майбутніх офіцерів НГУ до виконання завдань за призначенням засобами СФП. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*, (65), 144-155.



DOI 10.36074/knuia2020.04

ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ СИСТЕМИ МВС УКРАЇНИ ЗАСОБАМИ КОЛОВОГО ТРЕНУВАННЯ

ORCID ID: 0000-0001-7982-0981

Горпинич Геннадій Федорович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0003-0671-1877

Хацаюк Оксана Олегівна

практичний психолог
Комунальний заклад дошкільного навчального закладу №18 міста Харкова

ORCID ID: 0000-0002-6783-9834

Іванченко Олена Миколаївна

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

В системі службової підготовки здобувачі вищої освіти (курсанти-поліцейські) формують навички тактики самозахисту та особистої безпеки [1]. Систематичні заняття з тактики самозахисту та особистої безпеки сприяють підвищенню у поліцейських: високої фізичної працездатності, вестибулярної стійкості, гнучкості, рівня розвитку силових та швидкісно-силових якостей, покращенню екстраполяційних здібностей (та інш.). Найважливішим компонентом, який впливає на підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості поліцейських на всіх етапах службової підготовки є швидкісно-силова підготовка. У свою чергу, високий рівень розвитку швидкісно-силових якостей поліцейських забезпечує їх перевагу під час рукопашної сутички із супротивником (правопорушником, злочинцем та інш.) [2].

Мета роботи – визначити вплив колового тренування на швидкісно-силові якості курсантів поліцейських під час практичних занять з тактичної та спеціальної фізичної підготовки.

Під час дослідження ефективності існуючої методики розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей курсантів-поліцейських Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС) в системі їх професійної освіти, членами науково-дослідної групи встановлено, що у майбутніх офіцерів, зазначені вище прикладні якості



формуються не в повному об'ємі. З метою вирішення завдань дослідження, нами було розроблено педагогічну модель тренувального процесу майбутніх офіцерів-правоохоронців (поліцейських) із акцентованим розвитком швидкісно-силових якостей. Розроблена нами педагогічна модель швидкісно-силової підготовки курсантів-поліцейських (надалі – «педагогічна модель») ґрунтується на використанні засобів колового тренування.

З метою підтвердження ефективності розробленої нами «педагогічної моделі» було проведено педагогічний експеримент. У дослідженні прийняли участь курсанти Харківського національного університету внутрішніх справ ($n=10$ осіб., експериментальна група; $n=11$ чол., контрольна група). Під час педагогічного експерименту досліджувані курсанти контрольної групи (Кг) використовували традиційну методику розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей під час навчально-тренувальних занять з тактичної та спеціальної фізичної підготовки в системі професійної освіти, яка передбачена керівними документами з організації службової підготовки працівників Національної поліції України.

У свою чергу, досліджувані курсанти експериментальної групи (Ег) додатково використовували розроблену нами педагогічну модель швидкісно-силової підготовки курсантів із акцентованим використанням засобів колового тренування в системі їх професійної освіти. Варто зауважити, що до початку педагогічного експерименту досліджувані Кг та Ег за рівнем розвитку швидкісно-силових якостей достовірно не відрізнялися ($P>0.05$).

Наприкінці експерименту, членами науково-дослідної групи було визначено вплив засобів колового тренування на швидкісно-силові якості курсантів-поліцейських. Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі швидкісно-силової підготовки курсантів ХНУВС із акцентованим використанням засобів колового тренування встановлено, що результати отримані після педагогічного експерименту у досліджуваних групах суттєво підвищилися у порівнянні із вихідними даними і ці відмінності в основному достовірні (Ег, $P<0,05$).

Висновок. Таким чином, у відповідності до результатів педагогічного експерименту, членами науково-дослідної групи визначено позитивний вплив колового тренування на швидкісно-силові якості курсантів ХНУВС. Також нами встановлено, що запропонована педагогічна модель сприяє прискореному розвитку та удосконаленню швидкісно-силових якостей спортсменів, які займаються єдиноборствами. Отже мета роботи досягнута, а цілі виконані.



Список використаних джерел:

- [1] Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України (наказ МВС України). № 50. (2016). Вилучено з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#Text>.
- [2] Моргунов, О. А., Ярещенко, О. А., Хацаюк, О. В. & Белошенко, Ю. К. (2018). Розробка техніки рукопашного бою правоохоронців МВС України в системі спеціальної фізичної підготовки. *Честь і закон*, (67), С. 67-74.



DOI 10.36074/knuia2020.05

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

ORCID ID: 0000-0002-4429-4288

Любич Руслан Ілгарович

старший викладач кафедри фізичної підготовки та спорту
Національна академія Національної гвардії України

ORCID ID: 0000-0003-2800-4567

Шевченко Тарас Григорович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0001-7213-9923

Хоролець Євгеній Іванович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Патріотичне виховання майбутніх офіцерів є одним із важливих завдань у вищому військовому навчальному закладі (ВВНЗ). Патріотизм – якість особистості людини, що проявляється в любові, відданості та готовності служінню Батьківщині. Відповідно до Закону України «Про освіту» [1] та стандарту вищої освіти України (25. Воєнні науки, національна безпека, безпека державного кордону, спеціальність 253. Військове управління (за видами Збройних Сил)), освітній процес у ВВНЗ повинен забезпечити у майбутніх офіцерів-правоохоронців України формування прикладних професійних компетентностей, які забезпечують ефективне виконання ними завдань за призначенням на різних офіцерських посадах. У зв'язку з цим до офіцера висувуються вимоги: бути фахівцем військової справи, вмілим керівником військового колективу, вихователем підлеглих, мужньою та вольовою особистістю, людиною високої організованості.

Під впливом нападів ворожих сил та армій, що направлені на руйнування патріотичних почуттів до власної країни та народу, військової мотивації, викладачі ВВНЗ повинні активно протидіяти цим силам [2]. Одним із шляхів вирішення окресленої проблеми є відповідні виховні дії, які передбачають залучення здобувачів вищої освіти (курсантів) до вивчення багатой історичної спадщини України.

Крім цього, виховний вплив на майбутніх офіцерів-правоохоронців може здійснюватися у наступних формах: відпрацювання завдань



виховної спрямованості; використання перевірених (достовірних) історичних фактів становлення незалежної України; під час практичних занять пов'язувати зміст навчальних питань із існуючими позитивними прикладами патріотизму; перед початком занять проводити патріотичні бесіди, опираючись на історичні факти та факти сьогодення; формувати у здобувачів вищої освіти (курсантів) усвідомлення ставлення до демократичних принципів існування державності.

Висновок. Таким чином, заняття з фізичного виховання (спеціальної фізичної підготовки) тісно пов'язані із вихованням загальної культури майбутніх офіцерів-правоохоронців, розвитком їх духовної сфери та іншими соціальними процесами. Головна цінність вище зазначених занять полягає у прояві: духовності, гуманності, формування культури спілкування. Головна ціль фізичної підготовки – підготовка всебічно розвиненої особистості, готової до виконання завдань за призначенням.

Список використаних джерел:

- [1] *Про освіту (Закон України)*. № 38-39, ст.380. (2019). Вилучено з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>.
- [2] Пономарьова, Г. Ф. (2016). Система виховної роботи у вищих педагогічних навчальних закладах. (автореф. дис. ... доктора пед. наук.). ДДПУ. Сєвєродонецьк. Україна.



DOI 10.36074/knuia2020.06

МОЖЛИВОСТІ АКВААЕРОБІКИ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

ORCID ID: 0000-0002-1517-5618

Середа Ірина Олександрівна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання
Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

ORCID ID: 0000-0001-6750-8421

Лаврін Галина Зиновіївна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичного виховання
Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

УКРАЇНА

Анотація. У статті аналізуються праці, присвячені проблемам розробки основ сучасної аквааеробіки, теорії і методики викладання та навчання, рекомендації з проведення практичних занять з аквааеробіки, наповнення змісту сучасних оздоровчих програм із аквааеробіки, запропоновані різними науковцями та практиками.

Сьогодні допомогти в подоланні негативної тенденції погіршення загального стану здоров'я населення може впровадження в практику фізкультурно-рекреаційної роботи нових оздоровчих технологій. Досить популярними та ефективними є методики і програми оздоровчої аеробіки, які створюють можливість задіяти різні механізми впливу на організм людей різного віку. При виконанні цього завдання слід враховувати останні тенденції та запити у сфері оздоровчої фізичної культури та рекреації. Останнім часом спостерігається динамічний розвиток аквафітнесу. Сприяють цьому його відносна доступність, емоційність, а також потужність оздоровчих впливів водного середовища.

Традиції використання водного середовища для активного відпочинку та оздоровлення сягають глибини століть, і в сучасному суспільстві вода розглядається як ефективний альтернативний терапевтичний засіб [1; 2; 3].

Першочерговою потребою при розробці нових програм із аквафітнесу є більш докладне вивчення ролі занять в оздоровленні різних за віком і рівнем здоров'я категорій населення, синтез найбільш ефективних аспектів існуючих методик і технологій, аналіз рекомендацій тренерів-практиків.



На сьогоднішній день відомі праці, присвячені проблемам розробки основ сучасної аквааеробіки, теорії і методики викладання, проведення практичних занять з аквааеробіки. Серед них найвідоміші розробки Є. Мякінченко та М. Шестакова [4], Т. Меньшуткіної [3], Т. Несторової та Н. Овчинникової [5], Е. Хоулі та Б. Френкса [6].

Найцікавішими є праці і дослідження присвячені розробці практичних програм і комплексів вправ аквааеробіки, а також її оздоровчим ефектам. Так, Д. Лоуренс у своїй книзі «Аквааеробіка. Вправи у воді» [7] дала вичерпні рекомендації для інструкторів і тих, хто займається самостійно, щодо організації занять. Автор запропонувала комплекси вправ із аквааеробіки для різних категорій осіб, а також заходи з безпеки під час занять у воді.

Р. Хеніг [8] у своїй роботі надав слушні поради щодо використання різних засобів аквааеробіки незалежно від віку, а також проаналізував їх оздоровчу спрямованість.

Проблемам розробки сучасних комплексів вправ аквааеробіки та впливу занять на стан організму жінок різного віку присвячено багато закордонних дисертаційних досліджень [9; 1; 10].

Багато розробок запропоновано у статтях і збірниках матеріалів наукових форумів. Зокрема, дослідження Ю. Усачова [11] присвячене сучасним тенденціям, які впливають на розробку програм аквааеробіки. Автор розробив нову конфігурацію особливостей системи координат багатовекторних програм аквааеробіки, що будується за чотирма векторами (навчальним, реабілітаційним, кондиційним, спортивним) і передбачає два основні чинники впливу (водного середовища і фізичних вправ).

Побудові сучасного змісту занять аквааеробікою присвячені статті Н. Нечаєвої [12], С. Сологубової [13], Т. Кутека і Л. Погребенника [14], В. Скрипалевої [15] та інших авторів. У своїх роботах вони висвітлили різні аспекти мотивації занять аквааеробікою, її вплив на організм та психоемоційну сферу особистості (переважно жінок).

Найповніше практичні основи занять аквааеробіки для студентської молоді розкрито у наступних роботах. Так, Л.О. Ляховець стверджує, що аквааеробіка є унікальною системою фізичних вправ вибіркової спрямованості. Вправи виконуються переважно під музичний супроводом в умовах водного середовища. Під час занять здійснюється багатоплановий оздоровчий вплив на організм дівчат й жінок, зумовлений різними чинниками. Активізація засобів такого впливу відбувається за різними напрямками. Автор пропонує декілька підходів до побудови програм занять аквааеробікою. Перший передбачає побудову програм аеробного характеру, другий – силового характеру. Ефективність обох



може бути забезпечена в тому разі, якщо будуть спиратися на широкий діапазон мотиваційних орієнтирів із урахуванням інтересів тих, хто займається, активне залучення досягнень передових технологій, досягнення максимального оздоровчого ефекту, забезпечення комфортності умов проведення занять, готовність до своєчасної модернізації арсеналу технічних засобів, використання фізичних навантажень середньої та низької інтенсивності. Основу оздоровчої аквааеробіки, на думку Л.О. Ляховець, повинні складати інноваційні програми і технології аеробного характеру, зміст яких як на рівні окремих занять, так і на рівні циклів і розгорнутих форматів повинен доповнюватися комплексами вправ силового характеру, призначеними для покращення показників м'язової сили, гнучкості тощо. Цей підхід підводить до розробки програм аквааеробіки змішаного характеру. Доводить, що регулярні заняття аквааеробікою сприяють підвищенню функціональному і фізичного стану організму жінок, допомагають їм зміцнити своє здоров'я й попередити можливі захворювання [16].

Оцінку ефективності використання засобів аквааеробіки у програмі секційних занять з плавання студентів 18–19 років для підвищення їх загального фізичного стану у своїй роботі дали Юрій Журавльов й Микола Маліков [17].

Вчені пропонують фізичні вправи з аквааеробіки використовувати в рамках загальної фізичної підготовки для покращення основних фізичних якостей, які є найбільш важливими для обраного виду спорту (плавання) (сила, витривалість, гнучкість, координація). При плануванні кожного заняття з аквааеробіки враховували думку провідних фахівців у галузі фізичного виховання і спорту відносно того, що в рамках одного заняття можливим є використання засобів, які спрямовані на розвиток не більше двох фізичних якостей. Було запропоновано в рамках одного заняття використовувати наступні поєднання: вправи на координацію та силу; вправи на силу та гнучкість; вправи на розвиток виключно витривалості, сили, швидко-силових здібностей.

Представлені результати свідчили про виражену оптимізацію функціонального стану кардіореспіраторної системи обстежених студентів, покращення рівня їх функціональної та спеціальної фізичної підготовленості та підтвердили високу ефективність запропонованої програми секційних занять з плавання з використанням засобів аквааеробіки.

Обґрунтувала вплив занять аквааеробікою на функціональний стан організму студенток спеціальної медичної групи Гета А. В. Одержані результати дали можливість узагальнити дані наукової і науково-методичної літератури про позитивний вплив занять аквааеробікою на



фізичний і функціональний стан студенток спеціальної медичної групи. Під впливом фізичних навантажень динаміка показників була позитивною та мала характерну тенденцію до поліпшення результатів експериментальної групи, що вказує на ефективність використання занять аквааеробікою та її оздоровчий вплив [18].

Наталія Петренко представила авторську оздоровчо-тренувальну програму занять з використанням засобів аквафітнесу для студентів економічних спеціальностей I-IV курсів. Її метою було формування у студентів знання про оздоровчі види плавання та їх вплив на функціональний стан, виховання та розвиток навички до самостійних занять фізкультурно-оздоровчими вправами, поліпшення фізичної підготовки, координації рухів, запобігання захворюванням різних систем організму, порушенням постави тощо.

Розроблено структуру та зміст занять з аквафітнесу за етапами річного циклу. Показано особливості проведення занять з фізичного виховання з використанням вправ різної спрямованості для оптимізації їх фізичної та розумової працездатності студентів.

За авторською програмою зміст занять з аквафітнесу, тривалістю від 45-60 хв., ділиться на такі частини: підготовча, або розминка (базові вправи з аквафітнесу); основна - яка містить аеробний блок заняття (розвиток витривалості), силовий блок заняття (розвиток силових якостей); заключна частина, в якій використовуються вправи на відновлення функціонального стану (аквастретчинг, дихальна гімнастика, та ін.). Тривалість підготовчої частини складає 5-10 хв. В підготовчу частину входять вправи з помірним темпом виконання та амплітудою рухів, вправи на освоєння у водному середовищі, вправи для формування специфічних рефлексів вестибулярного та дихального апаратів, у цілому вправи які забезпечують адаптацію до фізичних навантажень. В основну частину заняття входять вправи цвілевої спрямованості; з предметами та без предметів, вправи з власним опором, різні методики та комплекси з аквафітнесу (акваформінг, акваданс, аквабілдинг та ін.). Тривалість основної частини від 20 хв., до 35 хв. Заключна частина заняття з аквафітнесу триває 6-8 хв. При виконанні вправ в заключній частині (у воді, або на суші), 7 потрібно не допускати переохолодження організму. Застосовують вправи з дихальної гімнастики, йоги, аквастретчинг. Запропоновані засоби аквафітнесу, дозволяють ефективно застосовувати їх в навчальному процесі з фізичного виховання студентів, для покращення рівня їх фізичного стану, а також для оптимізації фізичної та розумової працездатності [19].

В. П. Сліпецький, О. Ю. Сидорко, М. М. Чаплінський, С. М. Киселевська, О. В. Чернявська та інші розглядали також широкі поняття, методів



та засобів використання різноманітних фізичних вправ у воді, певних принципів ставлення до власного здоров'я, розвитку і збереження можливостей організму дітей та учнівської молоді [20; 21; 22].

Вони пропонують використовувати такі інноваційні форми та методи роботи у водному середовищі:

Акваджогінг – комплекс бігових рухів, які виконуються з визначеною амплітудою та інтенсивністю на різній глибині басейну.

Акваденс, акваритмік – різні елементи та комбінації складних координаційних танцювально-гімнастичних рухів.

Аквабілдінг, акваформінг, ватерпауер – вправи з атлетизму, каланетики, які використовуються для підвищення силових можливостей локальних та регіональних м'язових груп.

Аквастеп – комплекс вправ, які виконуються на степ-платформі, закріплених на дні басейну.

Аквастретчинг – спеціалізовані вправи для розвитку гнучкості та збільшення амплітуди рухів у суглобах. Гідро релаксація – вправи на розслаблення.

Аквааеробіка – система фізичних вправ у воді, яка поєднує елементи плавання, гімнастики, стретчингу, силових вправ. Виконання під музику поліпшує емоційний фон, що, у свою чергу, підвищує ефективність заняття.

Отже, чисельні дослідження свідчать про великий інтерес до даного виду оздоровчої рухової активності та про досить позитивний вплив на фізичну підготовленість, покращення рівня здоров'я різних верств населення, і студентської молоді зокрема. Можливості ефективного впровадження даного виду в процес фізичного виховання підтверджуються за умови дотримання важливих рекомендацій, а також за наявності необхідної бази та інвентаря.

Запит на даний вид фітнесу вимагає обов'язкове впровадження аквазанять у навчальні програми спеціальностей за напрямом фітнес та рекреація.

Незважаючи на доступну інформацію про позитивні моменти різних видів аквафітнесу у дослідженнях відсутні чітко прописані засоби та методи окремих видів аквафітнесу. Більшість вправ описуються дуже загально.

Перспективами дослідження є конкретизація різних видів фітнес аеробіки для ефективного впровадження в процес фізичного виховання студентів.

Список використаних джерел:

- [1] Колганова, Е. Ю. Влияние занятий аквааэробикой на состояние организма женщин разного возраста. (автореф. дис... канд. пед. наук). Моск. гос. академия физ. Культуры. Москва. Росія.
- [2] Кутек, Т. & Погребенник, Л. (2004). Оздоровча аеробіка як ефективний засіб зміцнення здоров'я жінок 20-30 років, Молода спортивна наука України (8), 188-192.



- [3] Меньшуткина, Т. Г. (1999). Теоретические и методические основы оздоровительно-рекреационной работы по плаванию с женщинами. Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС.
- [4] Мякинченко, Е. Б. & Шестакова, М. П. (2002). Аэробика. Теория и методика проведения занятий. Е. Б. Мякинченко (ред.). Москва: Спорт Академ Пресс.
- [5] Нестерова, Т. В. Овчинникова, Н. А. (1998). Теория и методика преподавания аэробики. Киев: УГУФВС.
- [6] Хоули, Э. Т. & Френкс Б. Дон. (2000). Оздоровительный фитнес. (А. Яценко, пер. с англ.). Киев: Олимпийская литература.
- [7] Лоуренс, Д. (2000). Аквааэробика. Упражнения в воде. (А. Озерова, пер. с англ.). Москва: ФАИР-ПРЕСС.
- [8] Хенниг, Р. М. (1998). Женщинам до и после 30. Москва: КРОН-ПРЕСС.
- [9] Васильева, И. А. (1997). Содержание и методика занятий водной аэробикой с женщинами зрелого возраста. (автореф. дис... канд. пед. наук). Рос. гос. ун-т физ. Культуры. Москва. Росія.
- [10] Полухина, Т. Г. (2003). Классификация и типология упражнений в аквааэробике как основа для разработки технологии обучения (автореф. дис... канд. пед. наук). Рос. гос. ун-т физ. Культуры. Москва, Росія.
- [11] Усачов, Ю. (2003). Сучасні тенденції розвитку і функціонування багатовекторних програм оздоровчого фітнесу. Теорія і методика фізичного виховання і спорту, (1), 52-54.
- [12] Нечаева, Н.А. (1996). Содержание занятий гидроаэробикой для женщин среднего возраста. Физкультурное образование: проблемы и перспективы: материалы межвуз. научно-практ. конференции. Київ: СПб., Україна, 147-149.
- [13] Сологубова, С. В. (2007). Доцільність поєднання різних видів фітнесу під час побудови програми тренування для жінок зрілого віку. Слобожанський науково-спортивний вісник, (12), 50-55.
- [14] Кутек, Т. & Погребенник, Л. (2004). Оздоровча аеробіка як ефективний засіб зміцнення здоров'я жінок 20-30 років, Молода спортивна наука України (8), 188-192. 9
- [15] Скрипалев, В. (1995). Чудо аэробики. Физкультура и спорт, (4), 28-29.
- [16] Ляховець, Л. (2014). Роль занять аквааеробікою у підвищенні функціональних можливостей і рівня фізичного стану жінок зрілого віку. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота, (31), 89-92.
- [17] Журавльов, Ю. & Маліков, М. (2019). Ефективність використання засобів аквааеробіки у процесі секційних занять з плавання студентів 18–19 років. Слобожанський науково-спортивний вісник, (2(70)), 59-63, doi:10.15391/sns.v.2019-2.010.
- [18] Гета, А. В. (2017). Оздоровчий вплив занять з аквааеробіки на функціональний стан студенток спеціально медичної групи. Збірник III Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення», (3), 24-34.
- [19] Петренко, Н. В. (2012). Оздоровчо-тренувальна програма занять з аквафітнесу для студентів економічних спеціальностей. Спортивний вісник Придніпров'я, (2), 98-102.
- [20] Кисилевська, С. М. & Чернявська, О.В. (2016). Аквааеробіка: методичні вказівки. Київ: КНУБА.
- [21] Сидорко, О. Ю. & Чаплінський, М. М. (2018). Аквааеробіка. Лекція з навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно педагогічного вдосконалення» для студентів спеціальності 014 Середня освіта «Фізична культура» (спеціалізація «плавання»). Львівський державний університет фізичної культури. Вилучено із: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/19701/1/>
- [22] Сліпецький, В. П. (2016). Фізичні вправи у воді, як засіб виховання фізичних і моральних якостей учнівської молоді. Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості: збірник статей за матеріалами III міжн. науково-практичної онлайн-конференції (127-133). 24-25 березня, 2016, Слов'янськ, Україна.



МОТИВАЦІЯ УЧНІВ ВИЩОГО ПРОФЕСІЙНОГО УЧИЛИЩА ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

Чекіна Віктор Демидович

керівник кафедри фізичного виховання

Державний навчальний заклад

«Вище професійне училище №7 м. Вінниці»

УКРАЇНА

Питання збереження та укріплення здоров'я молодого покоління була та залишається однією з найбільш важливих соціальних проблем. У сучасному суспільстві лише лунають заклики бути здоровим, а соціальне середовище та реальна практика доводять погіршення стану здоров'я молоді, зокрема, сучасний рівень урбанізації та науково-технічного розвитку є причиною хронічного «рухального голодування». Теперішні учні та студенти є основою трудового ресурсу нашої країни, а їх здоров'я та добробут є передумовою здоров'я та добробуту усієї нації. Таким чином, вивчення мотивів, інтересів та потреб сучасної молоді у заняттях фізичними вправами відіграє вирішальну роль [1].

Мотивація до фізичної активності - це особливий стан людини, направлений на досягнення оптимального рівня фізичної готовності та працездатності. Процес формування інтересу до занять фізичною культурою та спортом - це не одноразовий, а багатоступеневий процес: від початкових елементарних гігієнічних знань та навичок до глибокого психофізичного знання теорії та методики фізичного виховання та інтенсивних занять спортом.

Ґрунтуючись на опитування та анкетування учнів різних спеціальностей та курсів не фізкультурного вищого професійного училища, було виявлено основні групи мотивів до занять фізичною культурою:

1. *Оздоровчі мотиви.* Найбільш потужною мотивацією молоді до заняття фізичними вправами є можливість укріплення свого здоров'я та профілактика захворювань. Сприятливий вплив фізичних вправ на організм відомий здавна і не викликає сумнівів, тому його можливо розглядати у двох вимірах: формування здорового образу життя і зменшення можливості захворювань, враховуючи професійні; лікувальний вплив фізичних вправ під час багатьох хвороб.

2. *Рухливо-діяльні мотиви.* Під час виконання фізичної праці спостерігається зниження її ефективності в наслідок монотонності та



одноманітності. Безперервне виконання розумової діяльності призводить до зниження проценту сприйняття інформації та більшої кількості професійних помилок [3]. Виконання спеціальних фізичних вправ для м'язів усього тіла та зорового апарату суттєво підвищує ефективність релаксації, ніж пасивний відпочинок, та задоволення від процесу виконання фізичних вправ. В цей час в організмі людини відбуваються зміни діяльності усіх систем, перш за все серцево-судинної та дихальної.

3. *Змагально-конкурентні мотиви.* Цей вид мотивації ґрунтується на прагненні людини покращити власні спортивні досягнення. Уся історія людства, процес еволюції будувались на основі духу суперництва та змагальному настрої. Прагнення досягти певного спортивного рівня, перемогти суперника у змаганнях – є одним з потужніших регуляторів й суттєвою мотивацією до активних занять фізичними вправами.

4. *Естетичні мотиви.* Мотивація учнів до занять фізичними вправами полягає у покращенні зовнішнього вигляду та враження, яке вони складають на оточення (удосконалення власного тіла, підкреслення особистих переваг фігури, збільшення пластичності рухів). Ця група мотивів тісно пов'язана з розвитком «моди» на заняття фізичною культурою та спортом.

5. *Комунікативні мотиви.* Заняття фізичними вправами з групою однодумців, наприклад у гуртках за інтересами (оздоровчий біг, туризм, велоспорт, спортивні ігри та інші), є однією зі значущих мотивацій до відвідування спортивних установ. Спільні заняття фізичною культурою та спортом сприяють покращенню комунікації між соціальними групами.

6. *Пізнавально-розважальні мотиви.* Така мотивація тісно пов'язана із прагненням людини пізнати свій організм, свої можливості, а потім покращити їх за допомогою засобів фізичної культури та спорту; вона полягає у бажанні максимально використати фізичні можливості свого тіла, покращити свій фізичний стан та підвищити фізичну підготовленість [4].

7. *Творчі мотиви.* Заняття фізичною культурою та спортом дає необмежені можливості для розвитку і виховання творчої особистості учнів. Шляхом пізнання ресурсів свого тіла під час занять фізичними вправами особистість починає шукати нові можливості у власному духовному розвитку.

8. *Професійно-орієнтовані мотиви.* Зазначена мотиваційна група пов'язана з розвитком занять фізичною культурою, орієнтованих на професійно важливі якості студентів різних спеціальностей, з метою підвищення рівня їх підготовки до подальшої трудової діяльності. Професійно-прикладна фізична підготовка учнів та студентів сприяє розвитку їх психофізичної готовності до майбутньої професії.



9. *Адміністративні мотиви.* Заняття фізичною культурою є обов'язковими у професійних середніх та вищих навчальних закладах України. З метою отримання контрольного результату введена система заліків, одним з яких є предмет «Фізична культура». Вчасне складання заліку з даної дисципліни та виконання навчального навантаження в повному обсязі заохочують учнів до занять фізичною культурою.

10. *Виховні мотиви.* Заняття фізичною культурою та спортом розвивають особистісні навички самопідготовки та самоконтролю. Систематичні заняття фізичними вправами сприяють розвитку морально-вольових якостей, а також виховують патріотизм та громадськість учнів [2].

11. *Культурологічні мотиви,* які набуваються молодим поколінням в результаті впливу, спричиненого засобами масової інформації, суспільством, соціальними інститутами, що формують потребу кожної окремої особистості займатися фізичними вправами. Дана потреба характеризується впливом культурного середовища, законів соціуму та законів «групи» на особистість.

Отже, вдосконалення ціннісного ставлення учнів вищого професійного училища до фізичного виховання та занять фізичною культурою та спортом можливе на основі використання диференційованого підходу під час навчальних занять, який здійснюється на основі вивчення мотивації учнів та комплексної діагностики індивідуальних та особистісних якостей учнів, що дозволяють визначити їх здібності до опановування певними видами фізично-спортивно діяльності, системи фізичного виховання та видів спорту. Наступною необхідною передумовою є використання діяльнісного підходу, який здійснюється шляхом залучення усіх учнів до різних видів фізично-спортивно активності, де кожний здобувач отримує можливість знайти таку галузь діяльності, яка найбільшим чином відповідає його рівню фізичного розвитку, уподобанням та здібностям.

Список використаних джерел:

- [1] Зубалій, М., Леонов, О. & Василишина, Н. (2006). Здоров'я дітей – у небезпеці. *Фізичне виховання в школі*, (4).
- [2] Куртова, Г. Ю. & Іванов, Д. М. (2008). Здоровий спосіб життя як пріоритетна цінність виховання сучасних дітей та молоді. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*, (55), 168–170.
- [3] Литвиненко, І. Причини безвідповідального відношення молоді до свого здоров'я. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації – нова епоха, нова генерація: матеріали Міжнар. наук.-практ. Конференції* (с. 173–179), 2002, Миколаїв, Україна: МДПУ.
- [4] Павленко, І. О., Бережна, Л. І., & Сидоренко, О. Р. (2010). Формування у студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної культури. *Теорія і практика фізичного виховання*, (1–2), т. 1., 605–610.



DOI 10.36074/knuia2020.07

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ

ORCID ID: 0000-0002-5004-4170

Вербовий Василь Петрович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
завідувач кафедри тактико-спеціальної, фізичної та вогневої підготовки
Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)
Національна академія внутрішніх справ

УКРАЇНА

Професія поліцейського – це одна з найбільш важливих, відповідальних, та перш за все небезпечних професій у світі. Тому до кандидатів висувають дуже жорсткі вимоги, невідповідність яким суттєво впливає на оцінку діяльності поліції в цілому. Однією зі специфічних та найважливіших вимог є високий рівень фізичної підготовки майбутнього правоохоронця.

У зв'язку з підвищеною увагою суспільства до діяльності працівників поліції у вищих навчальних закладах освіти зі специфічними умовами навчання акцентується на ключових пріоритетах, особливо щодо форм, методів та засобів проведення практичних занять із вдосконалення фізичної підготовки. Це вимагає від фахівців пошуку оптимізованих, ефективних педагогічних засобів, систем, технологій, спрямованих на максимальне засвоєння арсеналу елементів спеціальної професійно-прикладної підготовки.

Проходження служби в поліції передбачає виконання завдань різної складності та спрямованості. Працівники поліції повинні вміти правильно реагувати на реальні ситуації та невідкладно приймати важливі рішення. Сукупність специфічних умов праці передбачає певні особливості у фізичній підготовці майбутніх правоохоронців. Фізична підготовка співробітника правоохоронних органів має спеціальний характер і в цілому спрямована на формування навичок знешкодження та затримання осіб, що загрожують громадському порядку, особистій безпеці громадян.

Здатність переносити фізичні навантаження без зниження працездатності під час виконання службових завдань, що стоять перед органами поліції є фундаментальними основами, на яких тримається уся система правопорядку. Так, для ефективного виконання своїх службових обов'язків поліцейському необхідно мати не тільки відповідні професійні й



особисті якості та належний стан здоров'я, а й достатній рівень фізичної підготовки [1].

Проблема професійного відбору молоді, яка вступає до ВНЗ МВС України в широкому плані на цей час ще практично не вивчалася, а методика її дослідження потребує коригування з урахуванням вимог сьогодення. Аналіз практичної діяльності Національної поліції дає змогу стверджувати, що від рівня загальної фізичної підготовленості правоохоронців, стану їх здоров'я, залежить процес засвоєння ними бойових прийомів єдиноборств, який в більшості випадків вирішує долю заходів по припиненню протиправних посягань. Так вимоги достатнього рівня фізичної підготовленості до прийнятих на службу майбутніх правоохоронців в період початкової підготовки та при виконанні відповідної категорії та службово-професійної діяльності мають важливий вплив на професійне ставлення [2].

Отже, процес фізичної підготовки майбутніх поліцейських розпочинається з конкурсного відбору. Цей етап передбачає перевірку рівня фізичної підготовленості кандидата.

Традиційно фізичну підготовку у вищих навчальних закладах зі специфічними умовами навчання можна розмежувати у двох аспектах: як навчальну дисципліну, що передбачає фізкультурно-спортивну діяльність; як навчальну дисципліну, спрямовану на підготовку всебічно розвиненої особистості, яка має міцне здоров'я та необхідну фізичну підготовленість.

Сучасні тенденції в системі підготовки підрозділів Національної поліції України мають відповідати вимогам сучасного світу та Європейському рівню якості навчання та відбору. Важливою складовою є рівень підготовленості та професійної придатності майбутніх правоохоронців.

Зміст фізичної підготовки охоплює теоретичні знання, методики розвитку фізичних якостей, практичні навички застосування заходів фізичного впливу, спеціальних засобів та способів допомоги потопаючому. Основним засобом фізичної підготовки є фізичні вправи, виконання яких необхідно поєднувати з дотриманням гігієнічних вимог та заходів запобігання травматизму [3].

Заняття з фізичної підготовки спрямовані на виконання таких освітніх завдань: забезпечити раціональне використання індивідуального фонду необхідних рухових знань, умінь і навичок, довести їх до належного рівня досконалості; навчити кожного застосовувати набуті знання та навички в повсякденному житті для самовдосконалення [4].

Також варто звернути увагу на більш практично спрямоване навчання за досліджуваним напрямом, тобто спеціальна фізична



підготовка має здійснюватися з урахуванням актуальних тенденцій «розвитку» злочинності. Навчання поліцейських у рамках фізичної підготовки має відповідати тим завданням, які безпосередньо стоятимуть перед поліцейськими під час практичної діяльності [1].

Для цього необхідно звернутися до комплексного підходу проведення підсумкових тактико-спеціальних навчань, які об'єднують три різних напрямки професійно – прикладної підготовки: фізичну, тактико – спеціальну та вогневу підготовку. Навчання проводяться з метою закріплення курсантами теоретичних знань по темах навчальної дисципліни, які взаємопов'язані між собою шляхом підвищення їх мотивації у ході розв'язання змодельованих ситуацій службової діяльності в умовах наближених до реальності.

Моделювання життєвих ситуацій, що можуть виникати під час оперативно-службової діяльності поліцейських, на заняттях зі «Спеціальної фізичної підготовки» з використанням міждисциплінарних зв'язків забезпечить більш спрямовану підготовку курсантів [1].

Фізична підготовка майбутніх правоохоронців у ВНЗ зі специфічними умовами навчання передбачає два напрями: «загальну фізичну підготовку», яка спрямована на розвиток фізичних якостей, підвищення загального стану здоров'я та витривалості; «спеціальну фізичну підготовку», що включає комплексну підготовку дій правоохоронця у ситуаціях, які виникають у службовій діяльності.

Важливість якісного рівня фізичної підготовки майбутнього поліцейського зумовлено не лише специфічною службовою діяльністю, а й загальними вимогами розвитку молоді. Тому спеціальна фізична підготовка не обмежується лише виховання професійно дієвої особистості, а також спрямована на розвиток здорового молодого покоління.

Список використаних джерел:

- [1] Селюков, В. С., Кушніренко, Р. О., Константинов, Д. В. (2018) Фізичне виховання як напрям підготовки поліцейських в Україні. *Порівняльно-аналітичне право*, (4), 338-340. Вилучено із: http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/4181/Fizychne%20vykhovannia%20yak%20napriam%20pidhotovky%20politseiskyykh%20v%20Ukraini_Seliukov_Kushnirenko_Konstantynov_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- [2] Вареньга, Ю. В. (2015). *Удосконалення фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення* (дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02). Львів, Україна.
- [3] Дідковський, В. А., Бондаренко, В. В., Кузенков, О. В. (2019) *Фізична підготовка працівників Національної поліції України*. Київ: ФОП Кандиба Т. П. ISBN 978-617-7523-39-9.
- [4] Шиян, Б. М. (2008). *Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина I*. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан.



РОЛЬ ПАТРІОТИЗМУ В ОЛІМПІЙСЬКОМУ ВИХОВАННІ

Олефіренко Вікторія Олександрівна

курсантка 2 курсу

Луганський державний університет внутрішніх справ ім. Е.О. Дідоренка

УКРАЇНА

Як відзначають автори численних публікацій, що стосуються питання олімпійської освіти в нашій країні, залучення дітей і молоді до ідеалів олімпізму, які орієнтовані на загальнолюдські, гуманістичні духовноморальні цінності, пов'язані зі спортом, володіють виховним потенціалом. Особливо це стосується сучасної молоді, коли питання виховання і культури підростаючого покоління широко обговорюються в педагогіці. Аналіз наукових публікацій, присвячених тематиці олімпійської освіти, показує значимість патріотизму у вихованні молоді та роль у пропаганді здорового способу життя. Водночас відзначається дефіцит або відсутність робіт за методологією організації патріотичного виховання в системі олімпійської освіти підростаючого покоління, що і визначає актуальність цієї теми.

Отже, системоутворюючим фактором олімпійської освіти є патріотично організований педагогічний процес, спрямований на забезпечення умов для активного оволодіння знаннями, ідеалами та цінностями олімпізму і перетворення останніх на мотиви поведінки людей і норми гуманістичного способу життя. Так, складні проблеми патріотичного виховання пропонується вирішувати через формування у підростаючого покоління почуття причетності до олімпійського руху. Крім того, олімпійські ідеали та цінності вчать бути справедливими, чесними. Естетична краса гармонійного фізичного розвитку спортсменів дає привід задуматися про свій фізичний стан, почати займатися спортом, освоювати вже відомі та нові види спорту.

Сьогодні виховання патріотичності у молодого покоління є досить актуальним, як зазначають І.Д. Бех, Н. Чорна [1], Л.В. Чупрій [10], Г. Коваль [11] та ін. Згідно зі спільним наказом Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, Міністерства освіти і науки України, Міністерства оборони України та Міністерства культури і туризму України від 27 жовтня 2009 р. (№ 3754/981/538/49) про затвердження концепції національно-патріотичного виховання молоді становлення української державності, побудова громадянського суспільства, інтеграція України у



світове та європейське співтовариство передбачають орієнтацію на Людину, її духовну культуру й визначають основні напрями виховної роботи з молоддю та модернізації навчально-виховного процесу [10].

Виховання підростаючого покоління залишається пріоритетним на педагогічній ниві. Олімпійська освіта для підростаючого покоління може слугувати не тільки важливим фактором розвитку олімпійського руху в Україні, а й потужним засобом вирішення стратегічних завдань, що стоять перед державою, важливим компонентом патріотичного виховання. Вивченню питання пошук нових форм, методів, шляхів, і засобів олімпійської освіти у процесі реформування сучасної освіти приділялося чи мало уваги [3–5; 6-7 та ін.]. Елементи патріотичного виховання в олімпійській системі висвітлено у працях М. Кожокар, І. Васкана, Я. Галана [8; 9].

Сьогодні мета патріотичного виховання підростаючого покоління конкретизується через систему таких виховних завдань [11; 13]:

- усвідомлення особистістю патріотичних цінностей, культурного й історичного минулого України;
- виховання поваги до державної символіки;
- сприяння набуттю підростаючим поколінням практичної готовності до державотворення, вправності вибирати форми та способи своєї участі в життєтворенні українського суспільства, бути комунікативним із соціальними інститутами, органами влади, вміння наслідувати закони та захищати права людини, готовність і бажання взяти на себе відповідальність, вправність розв'язати конфлікти згідно із демократичними принципами людства;
- формування толерантного ставлення до державної атрибутики інших народів, культур і традицій;
- набуття демократичної моральності як базового підґрунтя сучасного громадянського суспільства;
- популяризація кращих рис української ментальності – працелюбності, доброти, чесності, свободи, справедливості, дбайливого ставлення до природи.

На мою думку, ці завдання було б ефективніше поєднувати із завданнями олімпійської освіти:

- усвідомленням історичної цінності олімпізму та відповідальності спортсмена-патріота, який виступає за честь своєї держави;
- виховання інтересу до олімпійських ігор та олімпійського руху, бажання брати участь у спортивних змаганнях і демонструвати в них чесну, благородну поведінку (відповідно до принципів «чесної гри»);
- виховання поваги до державної та олімпійської атрибутики;
- сприяння набуттю підростаючим поколінням патріотичного досвіду



на основі готовності до участі у різних заходах, захисту своєї держави;

- виховання прагнення бути активним учасником олімпійського руху, роз'яснювати та пропагувати ідеї олімпізму, сприяти його розвитку у своїй державі;

- виховання почуття особистої відповідальності за реалізацію у спорті за допомогою патріотичних цінностей;

- виховання естетичного почуття краси спорту, почуття обурення, пов'язаного з будь-якими порушеннями патріотичності, моральності і т. д.;

- виховання звички завжди вести чесну і справедливую боротьбу, виявляти мужність і волю у спорті, у спортивних змаганнях захищати честь своєї держави;

- виховання естетичної здатності бачити, відчувати і правильно розуміти красу й інші естетичні цінності спорту, діяти у спорті «за законами краси» та відображати його засобами мистецтва, пропагувати кращі риси української ментальності;

- виховання умінь і навичок спілкування з іншими спортсменами, тренерами, суддями, журналістами, глядачами, вміння роз'яснювати і пропагувати ідеї олімпізму як базового підґрунтя громадянського суспільства.

Варто відзначити, що форми роботи, пов'язані з вивченням спортивної історії рідного краю і народу – історичне краєзнавство: відвідання місць історичних подій (масштабних змагань), вивчення літератури, збирання документів і матеріальних пам'яток, фотографування історично цінних об'єктів, виготовлення схем, макетів, влаштування виставок, заочна подорож «Спортивною Україною», складання спортивної історії свого роду, олімпійського тижня, спортивне святкування Дня Конституції та Дня незалежності України – є найбільш мотиваційними для підростаючого покоління [2; 12].

Олімпійська освіта, безумовно, відіграє важливу роль у патріотичному вихованні особистості. Олімпізм сприяє підвищенню уваги дітей і молоді до гуманістичного ідеалу цілісної, гармонійно розвиненої особистості, до олімпійського принципу «Чесна гра», патріотизму, іншим ідеалам і цінностям олімпійського руху, а також розуміння сутності та значення цих ідеалів і цінностей у сучасному спорті [4; 7; 8].

Отже, системоутворюючим фактором олімпійської освіти є патріотично організований педагогічний процес, спрямований на забезпечення умов для активного оволодіння знаннями, ідеалами та цінностями олімпізму і перетворення останніх на мотиви поведінки людей і норми гуманістичного способу життя. Так, складні проблеми патріотичного виховання пропонується вирішувати через формування у підростаючого покоління почуття причетності до олімпійського руху. Крім



того, олімпійські ідеали та цінності вчать бути справедливими, чесними.

Естетична краса гармонійного фізичного розвитку спортсменів дає привід задуматися про свій фізичний стан, почати займатися спортом, освоювати вже відомі та нові види спорту.

Список використаних джерел:

- [1] Бех І.Д., Чорна К. Програма патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. Київ, 2014. 29 с.
- [2] Булатова М., Платонов В. Олимпизм и олимпийское образование: история, современность, будущее. Наука в олимпийском спорте. 2018. № 4. С. 4–27.
- [3] Гакман А.В., Ушенко Ю.О., Галан Я.П., Кожокар М.В. Становлення педагогічних основ олімпійської освіти в Україні. Young Scientist. 2019. № 5 (69). С. 299–303.
- [4] Гуслистова И. Содержание олимпийского образования в средних школах-училищах олимпийского резерва. Мир спорта. 2019. № 1. С. 79–83.
- [5] Ермолова В., Щербашин Я. Олимпийское образование в системе формирования гуманистических ценностей школьников. Наука в олимпийском спорте. 2017. № 1. С. 21–28.
- [6] Ермолова В. 10 уроків із П'єром де Кубертенем : методичний посібник. НОК України ; Олімпійська академія України. Київ, 2016. 236 с.
- [7] Зорій Я.Б., Гакман А.В. Система Олімпійської освіти як засіб педагогічного процесу підростаючого покоління. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2016. Вип. 4. С. 33–35.
- [8] Кожокар М., Васкан І., Галан Я. Олімпійська освіта як складник патріотичного виховання дітей і молоді. Інноваційна педагогіка. 2019. Вип. 18. Т. 2. С. 180–183.
- [9] Кожокар М., Галан Я. Олімпійська освіта як стрижень реалізації методів, форм і засобів патріотичного виховання в новій українській школі. Актуальні питання гуманітарних наук. 2020. Вип. 27. Т. 2. С. 30–303.
- [10] Чупрій Л.В. Патріотичне виховання в Україні: стан і перспективи. URL: http://sd.net.ua/2009/11/05/patrotichne_vikhovannja_v_ukran_ctan__perspektivi.html.
- [11] Коваль Г. Система патріотичного виховання в Україні. URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/ukrpolituk/6/33.pdf>.
- [12] Hakman A., Nakonechnyi I. Olympic Education in The Educational Process Of Ukraine (In The Case Of Bucovyna). Development trends in pedagogical and psychological sciences. 2018. P. 232–362.
- [13] Pedagogical conditions for the formation of physical culture in first grade school students by means of Olympic education in the New Ukrainian School : collective monograph / ed. by Ya. Galan, A. Ohnystyi, O. Andrieieva, Ya. Zoriy, Yu. Moseychuk, O. Yarmak, K. Ohnysta, M. Kozhokar. Riga, Latvia : "Baltija Publishing", 2020. 118 p.



DOI 10.36074/knuia2020.08

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ ЗАСОБАМИ ТАКТИЧНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ІЗ УРАХУВАННЯМ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ

ORCID ID: 0000-0002-6714-5074

Гарбузюк Костянтин Геннадійович

декан факультету №2, кандидат юридичних наук
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Нестабільна політична ситуація та карантинні заходи в державі, бойові дії на сході України, економічні реформи та інші суспільні негаразди – значним чином впливають на процеси, які відбуваються у правоохоронному секторі України. У свою чергу, силові структури та спеціальні служби України у відповідності до свого призначення забезпечують захист суверенітету України, її територіальну цілісність, а також життя та особисту гідність громадян, їх конституційні права і свободи від злочинних посягань та інших антигромадських дій. Забезпечення вище викладеного, вимагає від правоохоронців МВС України, а зокрема працівників Національної поліції України високої їх службової підготовленості, адже завдання які вони виконують забезпечують мир та спокій в Україні і нерідко проходять в екстремальних умовах.

Необхідний рівень професійних компетентностей представників Національної поліції України (НПУ) забезпечується в процесі службової підготовки. Слід зазначити, що процес службової підготовки представників НПУ, забезпечується із урахуванням в першу чергу наявного позитивного (бойового) досвіду, основних дидактичних принципів навчання та вимог внутрішньовідомчих керівних документів, а також вищих законодавчих актів (законів) України, тому пошук сучасних педагогічних технологій та методик (моделей) підготовки поліцейських із урахуванням вище зазначеного є пріоритетним напрямом наукових досліджень.



Не менш важливим є організація різнопланової та ефективної підготовки майбутніх офіцерів НПУ, які в подальшому у відповідності до своїх посадових обов'язків будуть здійснювати службову підготовку підлеглого особового складу. Крім цього, варто зауважити, що система службової підготовки майбутніх офіцерів НПУ передбачає вивчення ними різних навчальних дисциплін, серед яких провідну роль займає – «Тактична та спеціальна фізична підготовка». У свою чергу, вище зазначена практична навчальна дисципліна забезпечує необхідний рівень готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням.

Формування професійних компетентностей майбутніх офіцерів НПУ (надалі – майбутніх офіцерів) необхідно здійснювати із урахуванням типу темпераменту, оскільки існує значний діапазон відмінностей між індивідами (розходження за глибиною, інтенсивністю, стійкістю емоційних реакцій, темпом, енергійністю дій та іншими динамічними, індивідуально-стійкими особливостями психічних станів та проявів, поведінки та діяльності). У свою чергу, дослідження темпераменту майбутніх офіцерів забезпечує у майбутньому передбачення особливостей реакції в їх міжособистісній взаємодії та дозволяє вірно зреагувати на них (індивідуалізувати вимоги стосовно їх особливостей, сформулювати позитивне ставлення до професійної діяльності та її мотивів) з метою подальшого професійного впровадження [1].

Слід також підкреслити, що використання новітніх педагогічних технологій із акцентованим впливом сучасних технічних засобів навчання під час практичних занять з «Тактичної та спеціальної фізичної підготовки» (надалі – «ТСФП») та інших форм фізичної підготовки із майбутніми офіцерами під час їх професійного становлення – забезпечує набуття ними необхідного рівня готовності до виконання завдань за призначенням та є актуальним напрямком наукових досліджень.

Моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів) у обраному напрямі дослідження дозволив нам визначити ряд науковців: Антонову О.Є., Бухуна А.Г., Зорія Я.Б., Корнійчука Ю.Г., Любича Р.І., Машталіра А.М., Полторака С.Т., Радванського І.Г., Ставицького О.М., Торічного О.В., Турчинова А.В., Хацаюка О.В., Чуха А.М., та інших учених і практиків, які у своїх працях висвітлили основні складові організації системи професійної освіти майбутніх офіцерів.

Не дивлячись на значну кількість робіт обраного нами напряму дослідження, питанням удосконалення рівня професійної компетентності майбутніх офіцерів НПУ засобами «ТСФП» із урахуванням типу темпераменту, а також із застосуванням ефективних сучасних



педагогічних моделей – нами не виявлено, що потребує подальших наукових розвідок.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та розроблення сучасної змістово-функціональної моделі формування професійних компетентностей майбутніх офіцерів Національної поліції України засобами тактичної та спеціальної фізичної підготовки із урахуванням типу темпераменту.

Дослідження організовано в період з червня 2019 по червень 2020 р.р., на базі Харківського національного університету внутрішніх справ. Під час аналізу науково-методичної та спеціальної літератури у обраному напрямі дослідження, членами науково-дослідної групи визначено провідний компонент, який забезпечує формування професійних компетентностей майбутніх офіцерів НПУ – це їх готовність до виконання завдань за призначенням.

У свою чергу, «готовністю» займалися та розробляли ідеї пов'язані з нею такі видатні вчені, як: Дяченко М.І., Пуні А.Ц., Іващенко Ф.І., Левітов М.Д. (та інш.). У сучасній психології вище зазначений термін використовується у переважній більшості для визначення усвідомленої готовності особистості до оцінки ситуації та поведінки, обумовленої її попереднім досвідом. У свою чергу, «диспозиція» – це готовність, схильність суб'єкта до поведінкового акту, дії, вчинку або їх послідовності». Запропонована Ядовим В.А. диспозиційна концепція полягає в характеристиці соціальної поведінки особистості, в залежності від станів її готовності до певного способу дій.

У свою чергу, завдяки чисельним експериментальним дослідженням проведених Узнадзе Д.М. та його школою, розроблено загальнопсихологічну теорію установки [2]. Теорія установки Узнадзе Д.М., з'явилася і розроблена, як теорія, що описує одну з форм неусвідомлюваної нервової діяльності. Зазначений вище учений пояснював явища сприйняття, як відображення дійсності в поведінці живої істоти. Крім цього, автори чисельних теорій пояснюють поняття «готовність до діяльності» через різні варіації своїх шкіл та галузей психології як, наприклад, військова психологія, яка визначає готовність до діяльності через боєготовність (Балашов О.В., Васильєв І.В., Дубровинський А.С.). Таким чином, готовність до дії – це своєрідний стан мобілізації всіх психофізіологічних систем людини, які забезпечують ефективне виконання певних дій.

Для досягнення цілісного розуміння формування необхідних професійних компетентностей майбутніх офіцерів із урахуванням типу темпераменту під час майбутнього педагогічного експерименту доцільним є застосування психодіагностичних методів дослідження. Нами



планується використати методику за Г. Айзенком (Eysenck H.J.), що дозволить визначити індивідуальні типологічні компоненти та здійснити якісний аналіз отриманих результатів тестування. Очікувані показники визначення типу темпераменту є важливими для дослідження психологічних особливостей майбутніх офіцерів, оскільки дозволяють впливати на їх освітню (професійну) діяльність і враховувати перебіг різних психічних процесів, які викликані емоціогенними чинниками та психолого-педагогічними впливами.

Варто також зауважити, що показники моделі запропонованої Г. Айзенком, включають у себе три чинники: екстраверсія-інтроверсія, нейротизм-емоційна стабільність, психотизм, два з яких стосується емоційності та спілкування. У свою чергу, чинник нейротизму вказує на емоційну стабільність, що характеризується схильністю до злості та роздратування на одному полюсі й емоційною стабільністю на іншому. Другий чинник – інтроверсія-екстраверсія, крім інших рис включає у себе відповідні динамічні параметри міжособистісної комунікації, що є важливою якістю для системи службової підготовки майбутніх офіцерів НПУ та подальшої їх професійної самореалізації. Для екстравертів властиві виразність, жива міміка, а для інтровертів-мала виразність, стриманість.

Зазначене вище та очікуванні результати майбутнього тестування (у рамках науково-дослідної роботи), дозволить сформулювати навчальні групи курсантів для проведення практичних занять з «Тактичної та спеціальної фізичної підготовки» із урахуванням їх типів темпераменту. Це дозволить оптимізувати освітній процес майбутніх офіцерів, підвищить ефективність відпрацювання сумісних навчально-тренувальних завдань, згуртує службові колективи та підвищить індивідуальний рівень ТСФП досліджуваних майбутніх офіцерів НПУ, що забезпечить ефективне виконання ними завдань за призначенням.

Висновок. Таким чином, проаналізувавши наукові праці провідних учених з проблеми «готовності», ми дійшли до висновку, що у сучасній психології «готовність до діяльності» розглядається в різних підходах і найпоширенішими є – особистісний та функціональний підходи.

Підводячи загальний підсумок аналізу науково-методичної та спеціальної літератури вважаємо що вище зазначені наукові праці використовують застарілі підходи розкриття готовності, а саме – означення усвідомлених готовностей особистості до оцінок ситуації та поведінки обумовлених її попереднім досвідом.

У відповідності до проведеного теоретико-методологічного аналізу з даної проблематики, нами визначено наукову новизну майбутніх результатів дослідження, планується: визначити поняття «готовність до



виконання завдань за призначенням майбутніх офіцерів НПУ»; виявити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови формування готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням із урахуванням їх типу темпераменту.

Список використаних джерел:

- [1] Бабишена, М. І. (2016). Визначення ролі темпераменту як біологічно зумовленого чинника у процесі формування професійно значущих якостей майбутніх суднових офіцерів (за методикою Г.Айзенка). *Педагогічний альманах*, (31), 58-64.
- [2] Узнадзе, Д. Н. (1997). *Теория установки* (учеб. пособ.). Институт практической психологии. Воронеж.



DOI 10.36074/knuia2020.09

УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ СПРИНТЕРІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

ORCID ID: 0000-0002-4166-9099

Хацаюк Олександр Володимирович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
заслужений тренер України

Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0003-0521-676X

Белошенко Юрій Костянтинович

старший викладач кафедри фізичної підготовки та спорту

Національна академія Національної гвардії України

Пустовіт Анастасія Павлівна

курсант факультету №2 (Ф2-303)

Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Сучасний спринтерський біг доцільно розглядати як цілісну вправу, під час виконання якої перед атлетом постає відповідне рухове завдання – подолати дистанцію за найкоротший проміжок часу. Одним із напрямів розв'язання зазначеного вище завдання є – процес технічного удосконалення (формування професійних компетентностей) атлетів в умовах поступового зростання швидкості бігу. Основа успіху виконання технічних дій залежить від здатності спортсмена засвоїти початкову техніку бігу, своєчасно виявляти, аналізувати та усувати помилки. Крім цього, актуальність окресленої проблеми пов'язана з тим, що функціональний рівень вітчизняних бігунів практично досягає граничних меж, проте результати їх значно нижче світових. У зв'язку з цим, цільова програма нашого дослідження була тісно пов'язана із визначенням кінематичних характеристик та функціонального стану організму спринтерів по ділянкам бігу на 100 метрів.

Аналіз науково-методичної, спеціальної літератури та інтернет-ресурсів у обраному напрямі дослідження, дозволив нам визначити ряд науковців: Степаненка Д.І., Маленюка Т.В., Анпілогова І.Є., Граубнера Р.В., Ніксдорфа Є.П., Гусинця Є.І., Нарскіна Г.С., Врублевського В.О., Борзова В.Ф., Вовка О.І., Дороніна Е.А., Немцева О.Б., Петровського В.П., Струганова С.М., Черкашина В.П., та інших учених і практиків, які у своїх



працях висвітлили основні складові всебічного забезпечення тренувального процесу спринтерів високої кваліфікації.

Не дивлячись на значну кількість робіт обраного нами напрямку дослідження, питанням дослідження динаміки кінематичних характеристик та стану нервово-м'язового апарату спринтерів в бізі на 100 м., нами не виявлено, а існуючі наукові праці є застарілими, що потребує подальших наукових розвідок.

Головною метою цієї роботи є – визначення динаміки кінематичних характеристик та стану нервово-м'язового апарату спринтерів в бізі на 100 м.

Рухові якості досліджуваних атлетів вивчалися за допомогою відео-комп'ютерної системи «Katsumoto» (ВКС «Katsumoto») [1, 2]. Стан нервово-м'язового апарату (НМА) визначався за показниками електроміографії, міотонометрії, полідинамометрії у досліджуваних наприкінці виконання тренувальних завдань.

Дослідження проведено поетапно (вересень 2019-вересень 2020 р.р.) у звичайних умовах тренувального процесу спринтерів в бізі на 100 м (курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ, $n=12$ осіб, членів збірної команди з легкої атлетики). Упродовж дослідження, членами науково-дослідної групи вивчалися кінематичні характеристики атлетів під час відпрацювання ними тренувального завдання, як в цілому, так і окремо по ділянкам дистанції бігу на 100 м (0-30 м, 30-60 м, 60-80 м, 80-100 м). Крім цього, досліджувалася динаміка стану НМА відразу після подолання окремих ділянок основної дистанції: 0-30 м, 0-60 м, 0-80 м, 0-100 м.

На першому етапі дослідження (вересень-жовтень 2019 р.) було здійснено аналіз науково-методичної, спеціальної літератури та інтернет-ресурсів у обраному напрямі дослідження.

Упродовж другого етапу дослідження (жовтень-грудень 2019 р.) членами науково-дослідної групи визначені кінематичні характеристики бігу по ділянкам дистанції 100 м. Аналіз отриманих результатів свідчить про те, що у більшості спринтерів максимальна швидкість, довжина та частота бігових кроків досягається в основному до кінця ділянки 30-60 м. На проміжку бігу 60-80 м спостерігається зниження швидкості бігу (у спортсменів 1, 2 та КМСУ – на 1,7%, у МСУ – на 3,5% відповідно), що пояснюється прогресуванням втоми, а також зменшенням частоти бігових кроків на 2,4%-3,4%. На фінішній ділянці дистанції (80-100 м) зареєстровано подальше зниження швидкості бігу на 3,1-4,3% та частоти бігових кроків на 5,0%, на фоні незначного збільшення довжини бігових кроків у спринтерів 1, 2 та КМСУ – на 0,9%, у МСУ – на 3,9% відповідно. Крім цього, нами встановлено, що динаміка кінематичних характеристик



бігу на 100 м., має прямий взаємозв'язок із показниками НМА досліджуваних спринтерів.

Під час третього етапу (січень-вересень 2020 р.), членами науково-дослідної групи було досліджено динаміку показників стану НМА на окремих ділянках дистанції бігу на 100 м. Отримані результати свідчать про те, що в процесі відпрацювання тренувальних завдань, а також контрольного виконання бігу на 100 м., у спринтерів, незалежно від їх рівня спортивної кваліфікації на 8 сек., тобто на позначці 60-80 м., прогресувала утома НМА. Крім цього, нами також відмічено збільшення латентного часу напруження та розслаблення м'язів (у середньому на 9,2-11,1%), що негативно відображається на порушенні ритму між нервовими та м'язовими тканинами атлетів.

Важливо відмітити й той факт, що різке підвищення тонусу чотириголового м'яза стегна у розслабленому стані на 8,2-9,5% негативно впливає на прояв «вибухової сили» підшвених згиначів стоп. Крім цього, у моторно-циклічних діях атлетів-спринтерів відбувається неузгодженість перемикання фізіологічних механізмів від напруги до розслаблення м'язів. Провідні м'язові ланцюги не встигають розслабитися до того моменту, коли до них поступають сигнали для їх напруження, наслідком чого є порушення лабільності НМА, який гальмує рухові дії спринтерів, що є основною причиною відсутності поступального формування необхідних професійних компетент-ностей спортсменів (зростання спортивної майстерності висококваліфікованих спринтерів). Зазначений нами також феномен, на нашу думку може призвести до виникнення специфічних травм у нервово-м'язовій системі атлетів.

У відповідності до вище викладеного, доцільним є констатування того факту, що у цілісній системі функціонального забезпечення спеціальної працездатності спринтерів зазначений фізіологічний механізм є основним та не стабільним, адже під час збивання ритму бігу, спринтер не здатен досягнути високих спортивних показників. Це можливо пояснити лише з позиції характеру відпрацювання змагальної вправи, так, як біг на 100 м., від старту до фінішу побудований на прояві максимальної напруги всіх вегетативних функціях організму, а виконавчою системою є НМА. Крім цього, у моторно-циклічних діях досліджуваних атлетів (спринтерів) важливим є утримання та збереження від старту до фінішу узгодженості в діях, а саме – управління та контроль за чергуванням темпо-ритмового функціонування НМА (від напруження до розслаблення провідних м'язових ланцюгів та у зворотньому напрямі – від розслаблення до їх напруження).

Проведений нами кореляційний аналіз між кінематичними характеристиками бігу на 100 м та показниками нервово-м'язового



апарату дозволив визначити їх сильний та достовірний взаємозв'язок. Членами науково-дослідної групи встановлено, що вплив зазначених характеристик нервово-м'язового апарату спринтерів на спортивний результат (рівень сформованості професійних компетентностей) складає 23,43%. До найбільш важливих показників доцільно віднести: тонус м'язів у напруженому та розслабленому стані, «вибухову силу» підошвених згиначів стоп та латентний час розслаблення чотирьохголового м'язу стегна.

Висновок. В результаті дослідження нами визначено динаміку кінематичних характеристик та стану нервово-м'язового апарату досліджуваних атлетів (важливих чинників складових професійних компетентностей спринтерів високої кваліфікації). Аналіз динаміки кінематичних характеристик та стану нервово-м'язового апарату спринтерів під час відпрацювання тренувальних завдань по ділянкам бігу на 100 м., свідчить про те, що важливим є тренування нервово-м'язової системи, яка забезпечує поступальне зростання працездатності (професійних компетентностей) спринтерів. Крім цього, в результаті дослідно-експериментальної роботи нами встановлено, що рухові здібності спринтерів такі, як: підвищення «вибухової сили» та тону м'язів до напруги формуються за рахунок виконання тренувальних навантажень різної функціональної спрямованості.

У свою чергу, підвищення швидкості розслаблення м'язів та відновлення (релаксації) нервово-м'язового апарату у цілому досягається за допомогою використання фізичних засобів відновлення. Таким чином, досягнення високих показників спеціальної фізичної працездатності спринтерів різної кваліфікації досягається за допомогою використання тактичних технологій взаємодії тренувальних та фізичних засобів відновлення.

Список використаних джерел:

- [1] Хацаюк, О. В., Каратаєва, Д. О. Удосконалення техніки рукопашного бою правоохоронців МВС України із використанням сучасних технічних засобів навчання. Бізін, В. П. (ред.). *Звіт про НДР (шифр «Модель – РБ»)* (с. 118-124). Харків: АБВ МВС України.
- [2] Бизин, В. П., Миргород, Д. А., Хацаюк, А. В. (2014). *Технические средства обучения двигательным действиям* (учеб. Пособ.). Lambert Academic Publishing. Берлин (Германия).



DOI 10.36074/knuia2020.10

УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

ORCID ID: 0000-0003-4952-1598

Забора Андрій Володимирович

професор кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0003-2030-3597

Калюжний Михайло Григорович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0002-4240-3188

Бутенко Костянтин Валерійович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Події останніх років свідчать про наявність принципових розбіжностей між потребами та традиційним змістом підготовки здобувачів вищої освіти (курсантів, слухачів) системи МВС України. Серед здобувачів вищої освіти зазначеної вище категорії є такі, які сумніваються у своїй готовності щодо виконання завдань за призначенням, крім цього спостерігається негативна тенденція у зниженні рівня спеціальної фізичної підготовленості кандидатів на навчання у закладах вищої освіти МВС України.

Спеціальна фізична підготовка в Національній поліції України (НПУ) спрямована на забезпечення необхідного рівня фізичної готовності поліцейських до виконання завдань за призначенням. Використання новітніх педагогічних моделей (педагогічних технологій) під час практичних занять зі спеціальної фізичної підготовки із курсантами закладів вищої освіти МВС України під час їх професійного зростання – забезпечує набуття ними необхідного рівня готовності до виконання завдань за призначенням та є актуальним напрямком наукових досліджень. Не дивлячись на значну кількість робіт наявної науково-методичної і спеціальної літератури, даних інтернет-джерел, питанням пошуку та обґрунтування сучасних підходів розвитку та удосконалення рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів молодших курсів



Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС) із використанням методу педагогічного моделювання нами не виявлено, що потребує додаткового дослідження.

Головною метою дослідження є – розроблення структурної моделі функціонального розвитку курсантів ХНУВС на початковому етапі професійної освіти.

У відповідності до моніторингу наявної науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів), враховуючи попередні дослідження вище зазначених провідних учених [1, 2], педагогічне моделювання має свої різновиди, а саме: може бути засобом прогностичного аналізу різних видів системи вищої освіти; дидактичне моделювання може бути сутністю певної інформаційної структури змісту вищої освіти; моделювання може виступати як навчальна дія, при цьому, сама модель уявляє собою засіб організації освітнього процесу і одночасно є його метою, для того, щоб здобувачі вищої освіти мали змогу оволодіти необхідними прийомами, які характерні для моделювання.

Також слід зауважити, що дидактичне моделювання є складною педагогічною структурою, яка складається з певних блоків, які взаємопов'язані між собою. Для кожного блоку характерною є своя процедура моделювання, яка спрямована на зміну об'єкту чи приведення його у відповідність до мети та завдань освітнього процесу. Крім цього, метод моделювання є одним із ефективних способів вирішення різноманітних завдань. Методична користь від моделювання у практиці спеціальної фізичної підготовки курсантів (слухачів) закладів вищої освіти системи МВС України відображає все нове, що необхідне для якісного виконання ними завдань за призначенням на різних етапах професійної освіти та під час подальшої своєї професійної діяльності у майбутньому.

Формування необхідних прикладних навичок та фізичних якостей у майбутніх офіцерів НПУ здійснюється у відповідності до робочої програми навчальної дисципліни (РПНД) «Тактична та спеціальна фізична підготовка». Включення у тематику змістової частини вище зазначеної РПНД фізичних вправ та прийомів з функціонального багатоборства (кросфіту), значним чином підвищить рівень фізичної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів закладів вищої освіти системи МВС України, зокрема – НПУ, що забезпечить якісне виконання ними завдань за призначенням на різних етапах професійної освіти.

З метою визначення ефективності запропонованого нами методу педагогічного моделювання із використанням засобів функціонального багатоборства спрямованого на розвиток та удосконалення рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів молодших курсів ХНУВС (факультету №1) було проведено педагогічний експеримент. Учасників



педагогічного експерименту було розподілено на експериментальну групу (Ег, $n=12$) та контрольну групу (Кг, $n=11$). На початку педагогічного експерименту досліджуванні Кг та Ег за рівнем спеціальної фізичної підготовленості достовірно не відрізнялися ($P \geq 0,05$).

Під час педагогічного експерименту курсанти Кг використовували традиційну методику розвитку спеціальної фізичної підготовленості у відповідності до вимог зазначеної вище навчальної дисципліни. У свою чергу, досліджувані Ег під час педагогічного експерименту додатково використовували педагогічну модель функціонального розвитку із засобами кросфіту.

Наприкінці педагогічного експерименту членами науково-дослідної групи проведено контрольньо-перевірочне заняття, метою якого була перевірка рівня спеціальної фізичної підготовленості досліджуваних курсантів Ег та Кг. Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами структурної моделі функціонального розвитку курсантів ХНУВС на початковому етапі професійної освіти встановлено, що результати отримані наприкінці педагогічного експерименту у досліджуваних групах суттєво підвищилися у порівнянні із вихідними даними і ці відмінності в основному достовірні (Ег, $P \leq 0,05$).

Висновок. Під час дослідження проведено науковий пошук та обґрунтуванні сучасні підходи стосовно розвитку та удосконалення рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів молодших курсів ХНУВС із використанням методу педагогічного моделювання.

У відповідності до результатів отриманих наприкінці педагогічного експерименту, членами науково-дослідної групи встановлено, що впровадження у практику викладання навчальної дисципліни «Тактична та спеціальна фізична підготовка» структурної моделі функціонального розвитку майбутніх офіцерів НПУ сприяло підвищенню рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів Ег (успішність – 100%; якість – 83,2; середній бал за групу – 4,5) на відміну від курсантів Кг (успішність – 100%; якість 77,6; середній бал за групу – 4,2).

Метод моделювання у дослідженні проблеми спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів НПУ є найбільш функціональним, який дозволяє уточнити вид та принципи, у відповідності до яких розробляється необхідна модель спеціальної фізичної підготовленості курсантів, структурними складовими якої є наступні блоки: цільовий, змістово-організаційний, оціночно-результативний, де важливими педагогічними чинниками виступають: ефективний підхід, інтеграція, тренувальний план, стандарти підготовленості майбутніх офіцерів НПУ. Результати дослідження впроваджені у практику фізичної підготовки курсантів ХНУВС.



Список використаних джерел:

- [1] Биков, В. Ю. (2009). *Моделі організаційних систем відкритої освіти. Монографія* (127-132). Київ: ФОП Петренко І. В.
- [2] Вербин, Н. Б. (2017). Моделирование развития профессиональной выносливости будущих магистров военного управления на этапе оперативно-тактического уровня подготовки. *Central European journal for Science and Research «Středoevropský věstník pro vědu a výzkum*, 7 (43), 38-52.



DOI 10.36074/knuia2020.11

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ТРАДИЦИОННЫЕ И ВОСТОЧНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА В КОНТЕКСТЕ ИНСТИТУЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ ДИПЛОМАТИИ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ: МЕЖДУНАРОДНО-ПОЛИТИЧЕСКИЙ ДИСКУРС

ORCID ID: 0000-0003-1505-7483

Циватый Вячеслав Григорьевич

кандидат исторических наук, доцент,
Заслуженный работник образования Украины,
доцент кафедры новой и новейшей истории зарубежных стран
Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко

УКРАИНА

Социально-политические, институциональные и дипломатические аспекты здравоохранения, медицины и здоровья человека приобретают особую актуальность в условиях глобализированного полицентричного мироустройства XXI века [1, с. 26-29]. Исследования проблем, касающихся здорового образа жизни, обретают сегодня особую актуальность. В частности, целый ряд исследований, проведенных отечественными и зарубежными учёными, убедительно продемонстрировал высокую степень влияния образа жизни на состояние здоровья организма индивидуума.

Чтобы популяризировать валеологию, спорт и принципы здорового образа жизни, необходимо теоретически обосновать целостную концепцию сохранения здоровья населения в новых условиях пандемии, а также разработать структурно-функциональную и динамическую модели сохранения здоровья населения.

При планировании профилактических мероприятий в различных уровнях социума, следует учитывать серьезность и сложность данной проблемы, так как большинство населения имеют вредные привычки. В большинстве своем, люди не осознают опасности вышеуказанных веществ для здоровья. На наш взгляд, особый акцент следует сделать на антиалкогольной, антитабачной и антинаркотической пропаганде и популяризировать установку на здоровый образ жизни среди всех возрастных категорий населения государств (на национальном, на региональном и на межгосударственном уровнях).



Валеологическая дипломатия (многосторонняя и двусторонняя) – это новое направление в институциональных связях политико-дипломатических систем межгосударственных отношений в условиях полицентричного мира XXI века. Данный термин – валеологическая дипломатия – в научный оборот автором был введен впервые.

Данное направление рассчитано на внедрение и пропаганду здорового образа жизни на межгосударственном уровне и, прежде всего – в деятельности международных организаций, задействованных в сфере здравоохранения и медицины. Валеологическая дипломатия раскрывает особенности функционирования здравоохранения как части социальной сферы мирового сообщества и медицины как международного социального института, а также определяет эффективность использования соответствующих приёмов и методов дипломатии (валеологической дипломатии; спортивной дипломатии; туристической дипломатии и т.д.).

Валеологическая дипломатия – специфическая отрасль дипломатии, нацеленная на эффективную деятельность глав государств и специальных органов внешних сношений по осуществлению целей и задач внешней политики государств и международных институций в сфере здравоохранения, медицины и планетарного здоровья населения, а также представляет собой совокупность практических мероприятий, приёмов и методов дипломатии, применяемых с учётом конкретных условий и характера решаемых задач международного сотрудничества в сфере международной защиты здоровья человека. Данное направление включает в себя дипломатический инструментарий, который задействован в процессе многосторонней дипломатии, и специфику, которую вносят в неё вопросы сотрудничества по проблемам здравоохранения и медицины на международном институциональном уровне, а также практическую деятельность ключевых международных организаций системы ООН в области здравоохранения и медицины, и институтах многосторонних соглашений в этой сфере, а также спорта [2]. Предметом валеологической дипломатии является индивидуальное здоровье и резервы здоровья человека, а также здоровый образ жизни, которые всецело поддерживаются в международной и политико-дипломатической среде.

Валеологическая дипломатия ставит своей целью изучение и распространение новых подходов к здоровью человека в международном социуме, в его многообразных отношениях социального характера с людьми, международными институциями и в международном сообществе. В сфере интересов этого направления дипломатии – изучение состояния здоровья в социальных группах (постоянных или



временных), как в целом (коллективы, группы, население стран в целом) так и каждого из её институциональных элементов международного сообщества.

Разработка данной специфической отрасли дипломатии напрямую связана с социально структурными изменениями в обществе государств постсоветского пространства. Социально-структурная модификация национального (н-р, российского, украинского, белорусского и т.д.) общества выдвигает на первый план проблемы, связанные с изменением всего комплекса социальных процессов, в частности – и в сфере здравоохранения, современной медицины и спорта [3].

Одна из главных задач, которая стоит перед новым направлением – валеологической дипломатией – это усовершенствование дипломатического инструментария и роли МИД, его структурных подразделений, в формировании и реализации соответствующей политики.

Многосторонние конференции и международные межправительственные организации как институты дипломатии нацелены будут прежде всего на решение вопросов в сфере здравоохранения, медицины и спорта. Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни в контексте государственных национальных политик стран мира – это первоочередная задача национальных дипломатий и многосторонней дипломатии международных организаций в условиях полицентричного мира и глобализованного общества. Здоровье становится институцией международной, поскольку угрозы населению в этой сфере достаточно высоки. Роль социологии в осмыслении проблем сохранения и укрепления здоровья нации заключается в комплексной характеристике здоровья как глобальной социальной ценности, исследовании отношения к здоровью на различных уровнях [4].

На сегодня здоровье – это сверхсложный феномен международной жизни, вклад в который делают и различные социальные практики, и социальная среда, и активность, отношение к своей жизни и здоровью самого человека, и отношению государства и международных институций (например, ООН; Всемирная организация здоровья) к здоровью населения различных стран, регионов и планеты в целом.

Новое понимание здоровья, как на внутригосударственном уровне, так и на межгосударственном уровнях, только-только устанавливается, поэтому перед обществом, государством и международными институциями, стоит главная задача – способствовать становлению новой реальности здоровья, выработке культурной политики и реализации задач валеологической дипломатии, консолидирующей всех



заинтересованных субъектов и международных институций, способных на новом мировом уровне запустить и поддерживать трансформации основных социальных практик и концептуализаций здоровья [5, с. 48-53].

Таким образом, международные подходы и роль дипломатии в спорте, мировом здравоохранении, медицине и планетарном здоровье населения – это дискурс и мировоззрение, претендующее на объяснение здоровья индивида в мировом масштабе и с позиций международных институций.

Приоритетность фактора здорового образа жизни и валеологии в условиях полицентричного мироустройства XXI века должна стать аксиомой для всего населения. В этом может помочь изучении международного опыта, в частности – европейского и восточного (например, традиционные и восточные единоборства и национальные виды спорта) для его информационного распространения среди населения стран с помощью валеологической дипломатии и историко-культурного туризма. Физическая культура и спорт в каждой стране должны соответствовать лучшим мировым стандартам.

Формирование здоровья является одной из самых актуальных проблем нашего общества, в решении которой должны участвовать не только врач, педагог, но и каждый отдельный человек. Формирование здоровья человека – это создание гармоничной с высоким энергетическим потенциалом психосоматической системы. Другими словами, это постоянное направление соматического и психического развития человека на пути обеспечения максимальной гармоничности и энергетической мощности его структуры.

Список использованных источников:

- [1] Циватий, В. Г. & Громико, Ол. А. (2014). Поліцентричність сучасного світоустрою: мегатренд XXI століття: (інституційний контекст). *Зовнішні справи*, (8), 26-29.
- [2] Розин, В. М. (2011). *Концепция здоровья*. Москва : МГМСУ.
- [3] Walker, R. A. (2004). *Multilateral conferences: purposeful international negotiation*. New York : Palgrave.
- [4] Язбец, М. & Циватий, В. (2015). *Социология дипломатии: гипотеза, структура и тематические исследования: монография*. Киев : Дипломатическая академия Украины при МИД Украины.
- [5] Ніколенко, В. В. (2013). Соціальна символіка їжі суспільства старого ладу. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Соціологія»*, (1045), 48-53.



ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА МОЛОДІ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Лопатін Володимир Володимирович

викладач кафедри спеціальної фізичної

підготовки загальноуніверситетських кафедр

Луганський державний університет внутрішніх справ ім. Е.О. Дідоренка

УКРАЇНА

Гадаю, що кожен знає, наскільки важливим для життя людини є спорт та фізична культура. Більшість ставляться до нього досить прохолодно, але існують і ті що бачать сенс у спорті.

Фізична культура покращує працездатність мозку та інших внутрішніх органів, покращує кровообіг, імунну і нервову системи, що є надзвичайно важливим, оскільки на сьогодні, число людей з різними захворюваннями постійно зростає. Особливо зараз, під час карантину треба як ніколи приділяти увагу спорту. Фізична активність повинна бути невід'ємною складовою людини ще з дитинства та не залишати її до старості. Але не менш важливо обрати вірний ступень навантажень, адже надмірні тренування можуть завдати шкоди навіть здоровій людині.

Одним з головних обов'язків держави є забезпечення здоров'я нації та майбутніх поколінь. Кожний прагне бути здоровим та енергійним, для цього треба вести здоровий спосіб життя. Обов'язковим фактором здорового способу життя студентів – систематичне, відповідне статі, віку, стану здоров'я, використання фізичних навантажень. Вони являють собою поєднання різноманітних рухових дій, виконуваних у повсякденному житті, в організованих і самостійних заняттях фізичними вправами і спортом [1].

Якщо довгий час не тренувати м'язи, вони починають слабшати, зменшуються в об'ємі. Систематичні ж навантаження, сприяють їх зміцненню. Сила м'язів залежить не тільки від їх обсягу, а й від сили нервових імпульсів, що надходять у м'язи з центральної нервової системи. У тренуваної фізичними вправами людини ці імпульси змушують скорочуватися м'яза з більшою силою, ніж у нетренованого [2].

Дистанційне навчання для здобувачів освіти з дисципліни «Фізична підготовка» здійснюється відповідно до освітньої програми закладу освіти, що затверджується. При розробленні програм викладач робить акцент на адаптацію завдань для здобувачів освіти відповідно до їх стану здоров'я, вікових особливостей, фізичних можливостей, формування ключових і



предметних компетентностей та логічного їх засвоєння. Вона має бути доступна, безпечна, проста і якісна. На сьогоднішній день існує чимало різноманітних онлайн-уроків, що стосуються спорту та фізичного виховання. Заняття з фізичної підготовки включають всебі функціональні тренування з вправами на різні групи м'язів, велику кількість теоретичних матеріалів, на які зазвичай виділяється мало часу, тому під час дистанційного навчання є можливість більш детально з ними ознайомитися [4].

Ранкова зарядка впродовж 15-20 хвилин або щоденне виконання фізичних вправ протягом 30-60 хвилин значно покращують працездатність мозку та інших внутрішніх органів, поліпшують кровообіг, імунну і нервову системи, що є надзвичайно важливим, оскільки на сьогодні, число людей з різними захворюваннями постійно зростає. Для розвитку витривалості під час самостійних занять рекомендовано застосовувати рівномірний метод тренування. Його переваги полягають у тому, що оптимальні фізичні навантаження вдосконалюють стійкість органів і систем, значно покращують працездатність серцево-судинної й дихальної систем, позитивно впливають на загальний стан здоров'я [3].

Тож, зважаючи на сучасні виклики, в умовах карантину використовуючи можливості сучасних технологій, що забезпечують доставку інформації в інтерактивному режимі за допомогою використання інформаційно-комунікаційних технологій, можна поліпшувати свій фізичний стан і підтримувати своє здоров'я.

Список використаних джерел:

- [1] Футорний, С.М. (2011). Здоров'я студентів і роль фізичного виховання у його забезпеченні. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорт. №5.
- [2] Іюдіна, А.В. (2012). Вплив фізичних вправ на функціональні системи організму". Севастополь.
- [3] Касарда, О., Котов, Є. & Хомич, А. (2012). Програмування самостійних занять фізичними вправами студентів вищих навчальних закладів; Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць. №4 (20).
- [4] Воротникова, І.П. & Чайковська, Н.В. (2020). К. Дистанційне навчання: виклики, результати та перспективи. *Порадник*. Київ. ун-т ім. Б. Грінченка.



DOI 10.36074/knuia2020.12

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ СИСТЕМИ МВС

ORCID ID: 0000-0001-5393-4681

Калинчук Леонід Миколайович

Старший викладач кафедри тактико-спеціальної,
фізичної та вогневої підготовки
Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)
Національна академія внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0002-0424-8746

Равлюк Ігор Іванович

Старший викладач кафедри тактико-спеціальної,
фізичної та вогневої підготовки
Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)
Національна академія внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0003-0154-0562

Смучок Володимир Євгенович

Викладач кафедри тактико-спеціальної,
фізичної та вогневої підготовки
Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)
Національна академія внутрішніх справ

УКРАЇНА

На сьогоднішній день людина у формі викликає довіру в суспільства до себе. Законодавство України чітко встановлює вимоги до працівників правоохоронних органів: починаючи із зовнішнього вигляду, закінчуючи знаннями та вирішенням ситуацій у обстановці, що склалась. Кваліфікований поліцейський зобов'язаний знати і дотримуватись порядку застосування заходів примусу, вогнепальної зброї та фізичної сили. Вищі навчальні заклади системи МВС кожного року проводять набір на навчання майбутніх поліцейських. Критерії вступу до відповідного закладу визначає керівництво МВС України. Фізична підготовка займає важливу роль у формуванні працівника поліції, саме тому ВНЗ системи МВС акцентують увагу перш за все на цій діяльності у процесі навчання курсантів.

Фізична підготовка – це педагогічний процес, спрямований на виховання фізичних якостей і розвиток функціональних можливостей, що створюють сприятливі умови для забезпечення життєдіяльності людини. Перед курсантами стоїть відповідальне завдання, в тому числі і засобами фізичного виховання та спорту, сформуватись в сильних представників закону.



Науковці зазначають, що кожна особа має схильність до адаптації, проте в кожного організму цей період відрізняється. Адаптація – це процес пристосування організму до навколишнього середовища. Доведено, що фізичні вправи є основним засобом тренування всього організму. Систематичне виконання фізичних вправ сприяє підвищенню розумової активності.

Заняття фізичною культурою, спортом допомагають розвитку пам'яті, особливо рухової та зорової, вдосконаленню уваги, її якості та точності. У добре підготовленої людини менший час реакції переключення від одної дії до іншої, краща розумова працездатність і її стійкість, більша кількість смислових операцій за визначений проміжок часу. Відновлення загальної і розумової працездатності приходить значно швидше і ефективніше, коли розумова діяльність чергується з фізичною. Але ж якою повинна бути величина фізичного навантаження, кількість та системність занять фізичними вправами щоб отримати позитивний вплив на організм в цілому - залишається на сьогодні, питанням дискусійним [1].

У процесі навчання курсантів мають реалізовуватись освітні завдання, які полягають у розвитку рухових здібностей (фізичні вправи для розвитку фізичних якостей, спеціальні вправи для застосування заходів фізичного впливу). Завдання щодо оптимізації фізичного стану, зміцнення та збереження здоров'я, усебічного розвитку фізичних якостей, формування необхідних умінь і навичок у майбутніх правоохоронців покладено на фізичну підготовку. Система фізичної підготовки в системі МВС включає загальну фізичну підготовку та спеціальну фізичну підготовку.

Науковцями доведено, що для підвищення рівня фізичної підготовленості проводити фізичні навантаження не менше ніж тричі на тиждень. Зниження частоти навчальних або тренувальних занять до двох разів на тиждень дає змогу лише підтримувати рівень фізичної підготовленості, а проведення занять раз на тиждень лише затримує, але не припиняє зникнення позитивних тренувальних ефектів.

Доктор Джуді Камерон із Національного дослідницького приматологічного центру Орегона (США) відмітила: «Всім відомо, що фізичні вправи покращують серцеву діяльність та понижують ризик набрати надмірну вагу, але дані дослідження підтверджують те, що фізичне навантаження може буквально викликати фізичні зміни в головному мозку» [2].

Різноманітність рухів, які використовуються в навчальному процесі здійснює на організм подвійну дію: специфічну і неспецифічну.

Специфічний вплив проявляється у простих рухах, які організм повторює кожного дня безліч разів: в здібності утримування статичної пози; виконання рухів, необхідних для розумової роботи, тобто рухів пальців і кисті під час письма; рухів очей, голосових зв'язок та артикуляцій



під час читання; переміщення тулубу в просторі; маніпулювання з різними предметами.

Неспецифічний вплив полягає в тому що, м'язова діяльність викликає підвищення тону кори головного мозку, створюючи, таким чином, благотворні умови, не тільки для функціонування зв'язків, котрі вже мають місце, але і для вироблення нових [2].

Під час тренувань, слід врахувати, що систематичність заняттям фізичними вправами є важливим компонентом для підготовки професійних якостей. Але надмірна загрузка свого тіла лише спортивними вправами може пошкодити нервову систему і з часом організм виснажиться. Тому як було вже сказано, ВНЗ системи МВС це заклад зі специфічними умовами навчання, в якому координується час курсантів.

Поліцейський, задіяний для виконання службових та професійних обов'язків, повинен психологічно та фізично бути готовий до несподіваного, нестандартного розвитку ситуацій. Важливим є впевненість в собі, у своїх знаннях, уміннях, навиках та можливостях [3].

Організована рухова активність і оптимальні фізичні навантаження до, в процесі та після закінчення розумової працездатності безпосередньо впливати на збереження та підвищення розумової працездатності.

Інтелектуально розвинені люди досягають кращих результатів у фізичній культурі і спорті. Більше того, однією з причин неуспішності у фізичному вихованні є відставання в інтелектуальному розвитку. І навпаки – сучасна освічена, та просто культурна людина немислима без ґрунтовних фізкультурних знань. А навчально-рухова діяльність має великі можливості у вирішенні завдань морального виховання.

При підготовці професійного працівника поліції спеціальна та фізична підготовка відіграє невід'ємну роль. Саме під час цієї підготовки курсанти працюють в малих та великих групах. За таких умов підготовки найкраще реалізовується удосконалення професійних якостей курсанта. Враховуються індивідуальна психологічна готовність курсанта, для засвоєння того чи іншого прийому, покращується мотивація мети занять як у цілому, так і окремих тем, успішніше засвоюються тактико-технічні дії для затримання правопорушника, відбувається комплексний вплив на формування майбутнього правоохоронця.

Список використаних джерел:

- [1] Бондаренко, В.В., Решко, С.М. (2015). Фізичний стан курсантів Національної академії внутрішніх справ. юридична психологія № 2.
- [2] Курінна, В.В. (2009). Вплив фізичного виховання на розумову працездатність школярів, Черкаський державний технічний університет.
- [3] Вербовий, В. П., Римик, В. (2019). Сутність професійно - прикладної фізичної підготовки майбутніх поліцейських. *Вісник Прикарпатського університету*. Серія : Фізична культура. Івано-Франківськ. Вип. 34. С.93 – 103.



ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК САМООБОРОНИ У МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ НАВЧАННЯ

Кабазова Мар'яна Геворківна

Учасниця Костянтинівської ланки громадської організації
«Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських», учениця
ЗОШ №8 (м. Костянтинівка)

Якименко Данило Костянтинович

Учасник Костянтинівської ланки громадської організації
«Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських», студент
Індустріальний технікум (м. Костянтинівка)

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:

Дужак Олена Вікторівна

капітан поліції, інспектор з ювеніальної превенції
*Костянтинівське відділення поліції
Бахмутського відділу поліції ГУНП в Донецькій області*
координаторка
*Костянтинівська ланка громадської організації
«Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських»*

УКРАЇНА

Високий рівень розвитку навичок самозахисту майбутніх поліцейських забезпечує їх готовність до проходження служби на різних посадах в підрозділах Національної поліції України. У свою чергу, формування навичок самозахисту є ефективним засобом психологічного загартування майбутніх поліцейських та кандидатів на навчання у закладах вищої освіти системи МВС України. Вище зазначене, підкреслює важливість конструювання сучасної педагогічної моделі самозахисту майбутніх поліцейських

Головною метою дослідження є – розроблення та апробація педагогічної моделі формування навичок самозахисту майбутніх поліцейських на етапі їх початкової підготовки.

Під час 1 етапу дослідження (жовтень 2019 р.) було проведено аналіз науково-методичної та спеціальної літератури у обраному напрямі дослідження. Упродовж 2 етапу (листопад 2019 р.) було сконструйовано змістово-функціональну модель формування навичок самооборони у



майбутніх поліцейських на початковому етапі навчання. Основними складовими зазначеної вище педагогічної моделі є: цільовий, організаційно-змістовий та результативно-оцінний блоки (із відповідними змістовими та сутнісними характеристиками).

З метою визначення ефективності розробленої нами педагогічної моделі спрямованої на формування навичок самозахисту у майбутніх поліцейських було проведено педагогічний експеримент. У дослідженні прийняли участь члени Костянтинівської ланки громадської організації «Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських» ($n=12$ осіб).

Під час 3 етапу дослідження (грудень 2019-березень 2020 р.) проведено апробацію зазначеної вище змістово-функціональної моделі. Педагогічний експеримент проведено у відповідності до заздалегідь розробленого плану, який також передбачав обов'язкове дотримання етичних норм та заходів попередження травматизму під час практичних тренувань. Учасників педагогічного експерименту було розподілено на експериментальну групу (Ег, $n=6$ осіб) та контрольну групу (Кг, $n=6$ осіб). На початку педагогічного експерименту досліджуванні Кг та Ег за рівнем розвитку навичок самозахисту достовірно не відрізнялися ($P \geq 0,05$). У свою чергу, під час педагогічного експерименту досліджуванні Кг використовували традиційну методику формування навичок самозахисту, відповідними нормативно-правовими документами.

На відміну від представників Кг, досліджуванні Ег використовували розроблену нами змістово-функціональну модель, яка спрямована на прискорене, ефективне та збалансоване формування навичок самозахисту. Крім цього, досліджуванні Ег додатково використовували відеопрограму експрес-аналізу техніки єдиноборств «Katsumoto» (ВКС «Katsumoto») [1, 2].

Порівнюючи показники до та після використання розробленої нами змістово-функціональної моделі встановлено, що результати отримані наприкінці педагогічного експерименту у досліджуваних групах суттєво підвищилися у порівнянні із вихідними даними і ці відмінності в основному достовірні (Ег, $P \leq 0,05$).

Висновки. В результаті дослідження проведено аналіз науково-методичної та спеціальної літератури у напрямі розвитку та удосконалення військово-прикладних навичок службово-прикладного рукопашного бою представників силових структур та спеціальних служб України. У відповідності до вище зазначеного, розроблено змістово-функціональну модель формування навичок самооборони майбутніх поліцейських. В результаті практичної апробації встановлено, що розроблена нами змістово-функціональна модель є більш ефективною у порівнянні із традиційною методикою навчання.



Крім цього, результати педагогічного експерименту свідчать про те, що використаний нами технічний засіб ВКС «Katsumoto» у поєднанні із впровадженою у тренувальний процес змістово-функціональну модель, значним чином прискорило формування навичок самозахисту досліджуваних Ег.

Список використаних джерел:

- [1] Хацаюк, О. В., Оленченко, В. В., Корольов, А. І. (2019). Формування військово-прикладних навичок рукопашного бою у майбутніх офіцерів Національної гвардії України. *Інноваційна педагогіка*, (25), 215-226.
- [2] Бизин, В. П., Миргород, Д. А., Хацаюк, А. В. (2014). *Технические средства обучения двигательным действиям*. (монографія). LP. Берлин, Германия.



СЕКЦІЯ III. СУЧАСНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ВИЩІЙ ШКОЛІ

ВИВЧЕННЯ ПРАВОРОЗУМІННЯ В КОНТЕКСТІ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Хлонь Олександр Михайлович

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Київський національний торговельно-економічний університет

УКРАЇНА

Проблему визначення правових норм, як необхідної форми примусу підтримувало ряд вчених, які справедливо стверджували, що юридичний нігілізм, з одного боку, перебільшує вагу моральних факторів, а з другого — політичного втручання, прямого насильства, примусу. Превалювання морального фактора над юридичним помітно і в представників сучасної юридичної думки. «Право є необхідне зло, зумовлене нашою слабкістю, — вважає російський юрист Ю. Тихонравов — З одного боку, ми боїмося права як загрози, що стримує нашу вільну активність, а з другого — відчуваємо потребу в праві, як засобі захисту від вільної активності сильніших від нас». [1, С. 264, 2, С. 80].

В.С. Соловйов розглядав право, як щось похідне від моралі, а не як самостійний феномен. Правові норми, на його думку, жодним чином не стосуються особистих і громадянських прав та свобод, які записані в конституціях. Це просто сукупність моральних норм, елементарні заповіді, що підтримуються силою державного насилля і подаються підлеглим у формі того чи іншого припису про покарання [3, С. 42; 2, С. 4].

П. Афанасьєв, стверджував, що «мораль стоїть вище «безособової» легальності: душа для нього дорожча від «формальної організованості». І тому, додає він, «цінності поміркованості та акуратності» ніколи не стануть основоположними [4, С. 30-39, 2, С. 80]. Така позиція формує у людей зневажливе ставлення до діючої системи права і взагалі до самого принципу пріоритету правової регламентації суспільних відносин.

Власне ігнорування правової регламентації, опертя на свавілля, «революційне право» характерне насамперед для тоталітарної держави. «Право є форма виразу і використання насильства», — писав офіційний філософ П. Юдін [5, С. 345]. Саме з цих позицій радянські юристи



критикували правову державу і пропагували досвід «соціалістичної», у якій державна влада спиралася виключно на насильство, примус, ігноруючи право. [5, С. 163; 2, С. 80].

Саме тому, в даній дискусії ми вважаємо за доцільне приєднатися до тези про необхідність права в процесі регулювання суспільних відносин, яке доповнює, але не обмежує моральні та культурні засади дотримання суспільно-значимих норм. В той же час доцільно додати, що в цьому процесі соціальний аспект, який підтримується в рамках культурного та морального усвідомлення необхідності регламентації власної поведінки відповідно до норм суспільної моралі не можливий без розуміння феномену права як фундаментальної категорії підкріпленої відповідними уявленнями про правову культуру та правосвідомість. Варто прагнути до підвищення рівня правосвідомості суспільства, посилення почуття відповідальності, поваги до закону та чужих прав, посилення суспільної й національної солідарності, визнання важливості загальнодержавних і загальнолюдських інтересів, що є особливо актуальним для нашого часу [6, С. 58]. З цією метою, доцільно приділити високу ступінь уваги вивченню та формуванню серед населення високої правової культури, контролю за дотриманням принципів правових взаємовідносин серед його громадян та вихованню молодого покоління у дусі поваги до норм права.

Саме тому, вивчення детермінант морально-правової свідомості молоді займає одне з пріоритетних напрямків для подальшого формування правового суспільства. Однак, здійснювати його доцільно в комплексі із розумінням цілісної структури першопричин, що впливають на поведінку індивіда в суспільному середовищі, одним безумовних факторів якого є правова культура.

Список використаних джерел:

- [1] Тихонравов, Ю. В. (1997). *Основы философии*. М.
- [2] Черней, В.В. (1998). Феномен юридичного нігілізму та проблема формування політико-правової культури, *Науковий вісник: наук.-теоретичний журнал / засновник Українська академія внутрішніх справ.* – № 2. – К.: УАВС.
- [3] Шемшученко, Ю.С. (1995). Правовий нігілізм, *Юридична енциклопедія*, К.: Вид-во «Українська енциклопедія» імені М.П. Бажана.
- [4] Афанасьев, П. Е. (1993). *Этнопсихологические сюжеты*. М.
- [5] Нерсисянц, В.С. (1997). *Философия права: Учебник для вузов*. М.
- [6] Єрмоленко, І.Я. (2008). Розвиток громадянського суспільства як чинник протидії правовому нігілізму, *Філософські, методологічні та психологічні проблеми права*, К. Київський національний університет внутрішніх справ. – С. 57-59.



DOI 10.36074/knuia2020.13

ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ ЄДИНОБОРЦЯМИ В УМОВАХ САМОІЗОЛЯЦІЇ

ORCID ID: 0000-0002-2475-7572

Ярещенко Олег Артурович

доцент кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Харківський національний університет внутрішніх справ

Кравченко Анастасія Юріївна

курсант факультету №1 (Ф1-304)
Харківський національний університет внутрішніх справ

Цепух Вікторія Сергіївна

курсант факультету №1 (Ф1-407)
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Глобальним викликом для системи фізичного виховання здобувачів вищої освіти стала коронавірусна пандемія. Хвороба вийшла за межі однієї країни та набула світових масштабів, захопивши всі країни. Крім цього, ситуація у якій опинилися міжнародні спортивні організації та федерації з олімпійських і не олімпійських видів спорту, а також висококваліфіковані атлети, поставила перед тренерами завдання у найкоротші терміни перевести усіх спортсменів на дистанційну систему тренування. Слід зауважити, що повноцінно займатися самоосвітою та тренуваннями у обраному виді спорту в зазначених обставинах не досить просто, але із урахуванням сучасних наукових розробок у напрямі використання технічних засобів навчання та тренування – цілком ймовірно.

В результаті моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури (Інтернет-ресурсів), нами встановлено, що питанням використання технічних засобів навчання в освітньому процесі здобувачів вищої освіти, а також висококваліфікованих спортсменів під час самоізоляції присвячені наукові праці: Височіної Н.Л., Хацаюка О.В., Лещені С.В., Головачьова В.М., Саркесова М.Б., Сергеева І.А., Шутова А.М., Щербакова О.В., Яблонського А.М., та інших провідних учених і практиків зазначеного напрямку дослідження.



Не дивлячись на значну кількість робіт обраного нами напрямку наукових розвідок [1-4], питанням використання сучасних технічних засобів навчання (СТЗН) спортсменами-єдиноборцями, здобувачами вищої освіти системи МВС України для підтримання на належному рівні технічної майстерності у обраному виді спорту в умовах самоізоляції нами не виявлено, що підкреслює актуальність дослідження.

Мета дослідження – визначити вплив використання СТЗН на підтримання оптимальної спортивної форми спортсменами-єдиноборцями у обраному виді спорту в умовах самоізоляції (на прикладі здобувачів вищої освіти Харківського національного університету внутрішніх справ, які займаються в секції спеціальної акробатики та ножового бою).

У якості одного із шляхів вирішення окресленої проблематики, в системі дистанційної освіти та підтримання оптимальної спортивної форми курсантами Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС), членів збірної команди зі спеціальної акробатики та ножового бою в умовах самоізоляції може використовуватися відеокomp'ютерна програма експрес-аналізу техніки єдиноборств «Katsumoto» [5] (надалі ВКС «Katsumoto»).

ВКС «Katsumoto» дозволяє ефективно проводити порівняльний аналіз технічних дій досліджуваного єдиноборства, на основі бази даних еталонної техніки. Крім цього, зазначена прикладна програма визначає швидкість виконання технічних дій єдиноборства, прискорення, рух загального центру маси, окремих біологів людини, радіус виконання технічних дій. Завдяки програмному функціоналу ВКС «Katsumoto» можливим є для спортсмена-єдиноборця в умовах самоізоляції на наступній серії виконання імітаційних прийомів та технічних дій проводити корекцію технічних дій, що є актуальним для її практичного застосування в умовах самоізоляції.

З метою визначення ефективності запропонованого нами технічного засобу навчання спрямованого на підтримання оптимальної спортивної форми спортсменами зазначеного вище прикладного виду спорту в умовах самоізоляції, було проведено педагогічний експеримент (березень – травень 2020 р.).

У педагогічному експерименті прийняли участь курсанти, члени збірної команди ХНУВС зі спеціальної акробатики та ножового бою (n=24 особи). Для визначення ефективності запропонованої нами педагогічної технології, було визначено експериментальну групу Ег (n=12 осіб) та контрольну групу Кг (n=12 осіб). Представники Кг під час індивідуальних тренувань в умовах самоізоляції з метою підтримання належного технічного рівня зазначеного прикладного єдиноборства використовували



розроблені нами плани індивідуального рухового удосконалення, які передбачали використання інтернет-ресурсів спеціального спрямування, а також методично-аналітичний підхід для його оцінювання. У свою чергу, досліджувані Ег під час тренувань в умовах самоізоляції додатково використовували ВКС «Katsumoto». Особливість застосування зазначеної педагогічної технології під час індивідуальних тренувань полягала у тому, що під час відпрацювання біомеханічних рухів спеціальної спрямованості проводилася відеозйомка із використанням відеокамери. Отримана інформація оброблялася ВКС «Katsumoto». Надалі в режимі реального часу видавалися графіки та розкадрування технічних дій, які відпрацьовуються. Надалі, у відповідності до графічного та візуального аналізу отриманих даних проводилася мобільна корекція біомеханічних рухів, що у свою чергу дозволило нам в режимі онлайн, із використанням мережі інтернет, вже на наступній серії відпрацювання рухових завдань вносити індивідуальні корективи у програму рухового удосконалення досліджуваних курсантів.

Запропонована нами експериментальна педагогічна модель використовувалася 4 рази на тиждень упродовж зазначеного вище періоду самоізоляції (час відпрацювання тренувального завдання 30-40 хв.), що у свою чергу призвело до створення кумулятивного ефекту, наслідком чого у представників Ег були помічені більш сталі показники збереження «еталонного рівня» технічної підготовленості в обраному виді єдиноборства на відміну від самбістів Кг і ці відмінності в основному достовірні ($Eg P < 0,05$).

Висновок. Таким чином, в результаті дослідження нами помічено позитивний вплив використання сучасних технічних засобів навчання спрямованих на підтримання оптимальної спортивної форми курсантами-єдиноборцями ХНУВС в умовах самоізоляції. Отже, мета роботи досягнута, а поставлені перед нами завдання – виконанні. Результати дослідження впроваджені у тренувальний процес здобувачів вищої освіти ХНУВС та Національної академії Національної гвардії України.

Список використаних джерел:

- [1] Никифорова, О. А. (2020). Реалізація дистанційного навчання в закладах освіти системи МВС. *Стратегічні напрямки розвитку науки: фактори впливу та взаємодії*, (1), 83-84.
- [2] Правдов, М. А., Шутов, А. Н., Правдов, Д. М. (2020). Готовность педагогов факультетов физической культуры к обучению студентов в условиях коронавирусной пандемии. *Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса*, (1), 132-138.
- [3] Чиханцева, О. А. (2020). Самоізоляція та якість життя особистості. *Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір*, (10), 89-90.
- [4] Лещеня, С. В., Забродський, С. С., Хацаук, О. В. (2020). Нові форми спортивно-масової роботи військовослужбовців НГУ та членів їх сімей в умовах пандемії. *Шляхи збереження*



працездатності військовослужбовців та працівників МВС України в Умовах всесвітньої пандемії, (1), 47-51.

- [5] Бизин, В. П., Миргород, Д. А., Хацаюк, А.В. *Технические средства обучения двигательным действиям*. Бронштейн, В. П. (ред.) *Современные разработки в сфере профессионального обучения* (с. 36-42). Берлин, Германия: Lambert.



DOI 10.36074/knuia2020.14

КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ ТА РІВНІ СФОРМОВАНOSTІ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ ДО ВИКОНАННЯ ЗАВДАНЬ З ОХОРОНИ ПРАВ І СВОБОД ЛЮДИНИ ТА ПРОТИДІЇ ЗЛОЧИННОСТІ

ORCID ID: 0000-0003-2259-3620

Моргунов Олександр Анатолійович

завідувач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
кандидат юридичних наук, доцент, Заслужений тренер України
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0002-9603-3004

Колєсніков Віктор Володимирович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
Заслужений тренер України
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0002-4952-7407

Лукін Богдан Павлович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
Заслужений майстер спорту України по тайському боксу
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

У відповідності до завдань покладених на Національну поліцію України [1], поліцейські в межах свої повноважень здійснюють: забезпечення публічної безпеки і порядку; охорону прав і свобод людини, а також інтересів суспільства і держави; протидіють злочинності; надають в межах, визначених законом, послуги з допомоги особам, які з особистих, економічних, соціальних причин або внаслідок надзвичайних ситуацій потребують такої допомоги. Вище зазначене вимагає від поліцейських високої спеціальної фізичної підготовленості.

У свою чергу, від рівня службової підготовленості поліцейських, їхнього вміння швидко та вірно орієнтуватися у складних умовах професійної діяльності – значною мірою залежить успіх виконання завдань за призначенням. Тому важливість якісної організації професійної освіти майбутніх офіцерів Національної поліції України (НПУ) в умовах навчання у спеціалізованих закладах вищої освіти (ЗВО) є очевидною, а визначення необхідних критеріїв, показників, рівнів, ступенів та інших



важливих складових (чинників), які формують готовність майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням є актуальним напрямом наукових досліджень.

Аналіз наукових робіт вітчизняних та зарубіжних науковців свідчить про те, що запропоновані ними підходи (педагогічні методики) в основному забезпечують якісну підготовку майбутніх офіцерів для силових структур і спеціальних служб України. Однак в силу специфіки призначення та завдань, основних функцій, які покладені на НПУ, дані напрацювання фактично складно впровадити у систему професійної освіти майбутніх офіцерів НПУ, що потребує додаткових досліджень.

Мета дослідження – визначення критеріїв, показників та рівнів сформованості готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням.

Досягнення мети та завдань дослідження передбачає проведення аналізу сучасних наукових підходів, які представлені у спеціальній науково-методичній літературі психолого-педагогічного напрямку та стосуються визначення необхідного діагностичного інструментарію. Проблематика визначення критеріїв, показників, рівнів та ступенів сформованості професійної компетенції майбутніх фахівців розкривається в наукових роботах: Баркасі В.В., Галімова А.В., Любича Р.І., Молодиченко Н.А., Ничкало Н.Г., Радванського І.Г., Турчинова А.В., Хацаюка О.В., Шевчука Л.М. та інших.

Педагогічна наука під поняттям «критерій» трактує об'єктивну ознаку, за допомогою якої здійснюється порівняльна оцінка явища (процесу) яке досліджується, ступеня розвитку його у різних досліджуваних осіб, чи сукупність таких якостей явища (феномену), що відображають його суттєві характеристики тому і підлягають оцінці. Характеристика критерію прямо залежить від об'єкта дослідження. У свою чергу, моніторинг доцільно розглядати як методологічний інструментарій управління якістю освітнього процесу, який необхідний у вигляді засобу для вибору напрямів розвитку професійної підготовки і є підґрунтям для оцінювання дійсного рівня освітніх досягнень курсантів-поліцейських.

Підсумовуючи вище зазначене доцільно констатувати, що критерій сформованості готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдання за призначенням – це еталон для визначення та оцінювання дійсного його стану, який являє собою сукупність ознак для висновку про ступінь відповідності фактичного рівня сформованості зазначеної готовності встановленим вимогам та визначеними завданнями і функціями НПУ у відповідності до діючих нормативно-правових актів [1]. Враховуючи



результати проведеного моніторингу прикладних досліджень та особливості виділених компонентів професійної компетентності майбутніх фахівців із різних споріднених галузей, можливим є виділення однойменних для майбутніх офіцерів НПУ критеріїв оцінювання: мотиваційний; змістовий; аналітико-оцінний. Крім цього, кожний критерій повинен бути оцінений за низкою показників, це збігається із думкою науковців: Грязнова І.О., Діденка О.В., Сметанського М.І., Шахова В.І. та інших. На їх думку зміст критерію за своїм обсягом є більш ширшим, ніж зміст показника, а показник є складовою частиною критерію. Тому ступінь вияву, якісна сформованість, визначеність критерію виражаються певними кількісними показниками.

На підставі аналізу науково-методичної та спеціальної літератури у обраному нами напрямі дослідження, у якому розкриваються вимоги до професійних якостей офіцерів різних силових структур, їх знань, умінь і навичок, а також урахування змісту нормативно-правових документів, які регламентують їх службово-бойову діяльність [1, 2], і які визначають вимоги до офіцерського складу НПУ – проведено визначення основних показників вище зазначених критеріїв.

У подальшому, для досягнення мети (цілей) дослідження планується використання наступних форм фізичної підготовки: навчальних занять, ранкової фізичної зарядки, спортивно-масової роботи, фізичного тренування в умовах службово-бойової діяльності, індивідуального фізичного тренування. Крім цього, під час майбутнього педагогічного експерименту нами будуть використовуватися методики діагностики ступеня спеціальної фізичної підготовленості та прикладних рухових навичок, спеціальні фізичні і методичні тести (та інш.). Крім цього, для досягнення необхідного рівня спеціальної фізичної підготовленості майбутніх офіцерів НПУ планується використання наступних методів: рівномірного, повторного, змінного, інтервального, змагального, сенсорного, контрольного, кругового (та інш.). У якості засобів, які спрямовані на досягнення поставлених цілей дослідження – планується використання: фізичних вправ, спеціальних комплексів функціональної підготовки, тренажерів, технічних засобів навчання (та інш.).

З метою якісного вирішення завдань дослідження доцільним є визначення необхідних підходів. Підходи – це сукупність способів, прийомів розгляду чого-небудь, впливу на кого-, що-небудь, ставлення до кого-, чого-небудь. Найбільш ефективними підходами для досягнення мети дослідження та для побудови майбутньої змістово-функціональної моделі «Формування готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання



завдань за призначенням» є: системний, структурний, комплексний, діяльнісний, особистісно-зорієнтований.

Прагнучи досягти чіткості та достовірності у визначенні необхідного рівня «Готовності до дії», були розроблені їх якісні характеристики, які дали змогу більш наочно показати результати експериментальної роботи. Під час відпрацювання описової частини якісної характеристики рівня сформованості готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням, також враховувалася оцінка з дисциплін закріплених за кафедрою тактичної та спеціальної фізичної підготовки (Харківського національного університету внутрішніх справ) у відповідності до Європейської кредитно-трансферної системи (ECTS). Враховуючи вище викладене, для досягнення цілей та мети дослідження – доцільним є урахування специфіки принципів навчання, які забезпечують формування необхідних професійних компетентностей майбутніх офіцерів НПУ.

У сучасній дидактиці вищої школи сформульовані дидактичні принципи, які відображають специфічні особливості освітнього процесу: забезпечення єдності наукової та навчальної діяльності курсантів, професійної спрямованості, професійної мобільності, полікультурності та проблемності. Вище перелічене є корисним для використання у освітньому процесі майбутніх офіцерів НПУ та дозволяє виділити групу специфічних загальних принципів навчання у ЗВО системи МВС України.

Висновок. В результаті дослідження визначені: критерії (мотиваційний, змістовий, аналітико-оцінний); показники; рівні (вищий, високий, середній, низький) сформованості готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням. Застосування засобів спеціальної фізичної підготовки у поєднанні із сучасними технічними засобами навчання та об'єктивне оцінювання рівня спеціальної фізичної підготовленості майбутніх офіцерів НПУ забезпечує необхідний рівень їх професійної підготовленості до виконання завдань за призначенням.

Перспективи у цьому напрямі передбачають вибір оптимальної діагностичної методики та необхідного наукового інструментарію спрямованого на визначення об'єктивної оцінки рівня готовності майбутніх офіцерів НПУ до виконання завдань за призначенням із урахуванням вимог сьогодення.

Список використаних джерел:

- [1] *Про Національну поліцію України* (Закон України). № 40-41, ст.379. (2015). Вилучено з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text>.
- [2] *Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України* (наказ МВС України). № 50. (2016). Вилучено з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#Text>.



DOI 10.36074/knuia2020.15

ПЕДАГОГІЧНА МОДЕЛЬ КЕРІВНИЦТВА ОСОБИСТІСНИМ ЗРОСТАННЯМ СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

ORCID ID: 0000-0003-0289-4186

Павлов Роман Володимирович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0001-5654-5219

Казначесь Володимир Михайлович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

ORCID ID: 0000-0002-0272-3005

Надуть Андрій Валерійович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Проведені дослідження свідчать про те, що у сучасному спорті спостерігається постійне збільшення рівня спортивних досягнень, зростає кількість змагань, а також підвищуються вимоги щодо всебічної підготовки висококваліфікованих атлетів, які є здобувачами вищої освіти системи Національної поліції України (НПУ), що потребує відповідного індивідуального підходу до керівництва їх особистісним зростанням [1]. Крім цього, поряд з цим, відбувається значне підвищення тренувальних та змагальних навантажень, що є передумовою для всебічного використання засобів і методів психологічного забезпечення у спортивній підготовці.

Відмічено, що брак інформації, у напрямі психологічного забезпечення насамперед спостерігається у спорті вищих досягнень, де пошук методів підвищення ефективності змагальної діяльності є важливою частиною процесу підготовки, а збереження спортивної майстерності вимагає від атлета наявності не тільки розвинених емоційно-вольових якостей, а й психічної витривалості. Разом з тим, актуальності набуває розроблення ефективних педагогічних моделей, які спрямовані на керівництво особистісним зростанням висококваліфікованих атлетів, які навчаються у закладах вищої освіти системи НПУ [2].

Варто зауважити, що існуючі на сьогодні схожі за своєю структурою, змістом та блоками, педагогічні моделі зазначеного напрямку дослідження



є не актуальними та потребують відповідної модернізації. Крім цього, не дивлячись на значну кількість робіт обраного нами напряму наукових розвідок, питанням розроблення сучасних педагогічних моделей керівництва особистісним удосконаленням спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації, здобувачів вищої освіти спеціалізованих навчальних закладів МВС України не виявлено, що підкреслює актуальність дослідження.

Головною метою дослідження є – розроблення педагогічної моделі керівництва особистісним зростанням спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації (здобувачів вищої освіти Харківського національного університету внутрішніх справ).

На першому етапі дослідження проведено аналіз науково-методичної та спеціальної літератури у обраному напрямі дослідження (із урахуванням основних його завдань). У відповідності до вище зазначеного, членами науково-дослідної групи встановлено, що у своїй практичній діяльності тренери, під час реалізації завдань виховного спрямування, не завжди мають наукові обґрунтування для їх деталізації. Крім цього, постановка зазначених завдань, нерідко відбувається у формальному вигляді, а саме – зміст завдань відображає виховання корисних у всіх випадках особистісних властивостей. Варто також підкреслити, що у зазначених обставинах, тренери керуються виключно особистим досвідом та інтуїцією, але на нашу думку, існують аргументи, які вказують на те, що це помилковий напрям. Варто зауважити, що нехтування вивченням індивідуально-типологічних особливостей атлетів, контроль за їх психофізичним станом, нерідко призводить до серйозних травм. Тому при розробленні планів тренувань доцільним є урахування вище зазначеного.

Оскільки феномен особистісного зростання являє собою цілісну систему, то управління його процесами можливе лише на системному рівні. Жодна складова системи педагогічного керівництва окремо не здійснює суттєвого впливу. Варто зауважити, що сумісно реалізовані педагогічні заходи у комплексі створюють системний ефект прискорення особистісного розвитку та удосконалення спортсменів-єдиноборців. У зазначених обставинах доцільним є побудова педагогічної моделі системи педагогічного керівництва процесом особистісного зростання спортсменів-єдиноборців.

Другий етап дослідження був присвячений розробленню педагогічної моделі керівництва особистісним удосконаленням спортсменів-єдиноборців високої кваліфікації (самбістів, курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ). Враховуючи вище викладене, то у напрямі використання системи педагогічного керівництва,



можливим є те, що загальний ефект впливу буде переважати суму ефектів, які можливо отримати від використання окремих засобів. У свою чергу, перелік компонентів моделі педагогічної системи керівництва особистісним зростанням є загальним для всіх систем. Для прикладу, неможливо здійснювати виховання взагалі, без деталізації того, що саме необхідно змінити у поведінці об'єкта виховання. Для наповнення змістом двох перших компонентів моделі педагогічної системи керівництва особистісним зростанням необхідно провести дослідження, яке дозволить визначити відповідні властивості особистості, розвиток яких є можливим та доцільним. Варто також зауважити, що існують умови, які важливо та можливо визначити не організовуючи педагогічного експерименту. З метою удосконалення моделі педагогічної системи керівництва особистісним зростанням, на наш погляд необхідно до її складу включити усі наявні та допустимі засоби виховання.

Варто також зауважити, що особистісне зростання індивіда призводить до формування особистісної дорослості. При оптимальній сформованості особистісних властивостей індивіда та при достатньо вираженій його мотивації до саморозвитку і особистісного зростання, особистісну дорослість доцільно вважати особистісною зрілістю.

Висновок. У відповідності до завдань дослідження нами проведено моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури, інтернет-джерел у напрямі використання в освітньому процесі здобувачів вищої освіти, (спортсменів-самбістів високої кваліфікації) існуючих систем керівництва їх особистісним удосконаленням. Крім цього, здійснено аналіз наявних педагогічних моделей, які за своєю структурою та змістом (функціональністю) забезпечують формування необхідних професійних компетентностей у спортсменів-самбістів високої кваліфікації в умовах багаторічного тренування та професійної освіти. Результати дослідження впроваджені у практику багаторічної підготовки самбістів (курсантів) закладів вищої освіти системи МВС України.

Список використаних джерел:

- [1] Рубан, Л. А., Хацаюк, О. В., Ярещенко, О. А., Корольов, А. І. & Оленченко, В. В. (2019). Вегетативна реактивність у спортсменів у стані перетренованості. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, (72), 54-59.
- [2] Petruhnov, A. I., Ruban, L. A., Okun, D. O., Honcharov, A. I., Lytovchenko, A. S., Ananchenko, K. V., Khatsaiuk, O. V., Turchynov, A. V. & Garkavy, O. A. (2019). A Quality Factor Of Cardiovascular System Reaction On A Daily Physical Exertion Of Students. *Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences*, 10 (2), 521-525.



DOI 10.36074/knuia2020.16

СПЕЦИФИКА ДИСТАНЦИОННОГО ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ИНФОРМАТИЗАЦИИ СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Тюкмаева Аида Маратовна

магистрант 2 - курса факультета «Социальных наук»

по направлению: «Философия и основы духовности»

Национальный Университет Узбекистана имени Мирзо-Улугбека

РЕСПУБЛИКА УЗБЕКИСТАН

***Аннотация.** В представленной статье исследуется дистанционное обучение как педагогическая система передачи информации с помощью использования средств информационно-коммуникативной и телекоммуникационной организации образовательного процесса. Сравнительный анализ традиционной и дистанционной системы обучения позволяет обнаружить существенные преимущества и недостатки последнего с точки зрения оценок качества усвоения студентами учебного материала. Рассматривается вопрос об эффективности данного образовательного метода, а также о целесообразности обращения дистанционного образования в достойную альтернативу традиционной.*

Глобальный скачок от традиционной индустрии к компьютеризированной, характеризующейся господством преимуществ мгновенной передачи информации, способствовали тотальной реконструкции системы социальной коммуникации, предопределив дальнейший вектор развития человеческой цивилизации. Переход к постиндустриальной эпохе, сопровождаемой трансформацией всех уровней общественного производства обратил «информацию» в самостоятельный элемент инновационно производственного сектора, изменив не только источники её получения, но и способы её обработки и передачи. Известный американский социолог, профессор Гарвардского Университета Дениел Белл выделяет три технологические революции, предопределившие направление и развитие информационной эпохи: изобретение паровой машины в XVIII веке, научно-технологические достижения в области электричества и химии в XIX веке и создание компьютеров в XX веке. Совокупность перечисленных факторов, связанных с глубокими цифровыми модификациями, усилили рост сетевых технологий и возрастание процесса виртуализации социальных отношений. Информационно-коммуникативные технологии,



представляющие собой неразрывную составляющую результатов научно-технического прогресса, оказали прямое воздействие на качественные преобразования системы образования, предоставив возможность осуществления дистанционного обучения. Процесс информатизации, захвативший все сферы общественной жизни, прочно укрепил свои позиции в системе общего среднего и высшего профессионального образования посредством активного использования глобальных интернет ресурсов. Размещение огромной информационной базы в интернет пространстве, содержащей богатую специфику всех актуальных направлений деятельности открывает для каждого пользователя доступ к различным источникам материалов, перманентно увеличивающихся с каждым днем. Внедрение аппаратных и программных средств обучения позволяет сформировать единую информационно-образовательную инфраструктуру хранения, передачи и обмена готовых материалов: книг, научно-исследовательских программ, диссертаций, статей, докладов, рефератов и др. Инкорпорация в образовательную среду инновационных средств телекоммуникаций, значительно облегчающих процесс обучения, стремительными темпами захватили все мировые институциональные структуры, воссоздав совершенно новую для традиционной отечественной системы область «виртуальной педагогики». Инновационный потенциал данной образовательной области состоит в возможности интеграции мирового сообщества в единый педагогический механизм, осуществляющий свою функциональность вопреки существующим территориальным, языковым и транскультурным барьерам.

Под «виртуальной педагогикой», выражающий характер дистанционной формы обучения, понимается совокупность комплексных инновационных и информационно-педагогических технологий, содержащих установленную посредством Интернет коммуникации интерактивной связи между реальными субъектами образования с помощью привлечения материальной технической базы. Существенным отличием дистанционной формы обучения от традиционной заключается в характерных особенностях организации образовательной среды, выступающей связующим коммуникативным звеном между субъектами обучения. Если в традиционной системе образовательного процесса подобным типом организации выступает специфический вид учебной информации, направленный на очную форму посещения и регулирования процесса обучения, то «дистанционный» тип образования предполагает удаленное включение субъектов обучения в динамику педагогического и исследовательского процесса. Преимуществом данного типа, по мнению некоторых исследователей является



достижение максимального уровня оптимизации образовательного процесса, позволяющего преодолеть барьеры географической удаленности, временной изолированности и социальной уязвимости, минимизируя при этом совокупность различных экономических затрат. Стремление обеспечения соответствующего качества образования, отвечающего потребностям передового международного стандарта, требует прежде всего индивидуальную заинтересованность субъектов в получении высшего профессионального образования, эффективно реализуемой в рамках дистанционной системы. Потенциальная доступность параллельного совмещения обучения в нескольких образовательных учреждениях с возможностью индивидуального регулирования расписания и учебного плана, выводит процесс обучения на совершенно новый прогрессивный уровень. В связи со стремительно меняющимися условиями социальной, экономической, политической и образовательной среды, появляются открытые образовательные платформы – дистанционные университеты, рассчитанные на привлечение максимального количества студентов. Открытие одного из первых крупных виртуальных учебных заведений «The Open University» в Великобритании датируется 1969 годом, обучение в котором представляет возможность получения качественного дистанционного образования по различным сферам и направлениям. Включение передовых технологий в установлении дистанционной коммуникации, посредством привлечения использования средств глобальной сети позволило более трем миллионам человек получить диплом в престижном британском университете. На сегодняшний день практика «дистанционного образования» становится не только прерогативой сводного выбора способов индивидуальной самореализации современных людей, но и объектом мирового производственного рынка. Огромные возможности данный тип обучения представляет для людей с ограниченными возможностями здоровья, отвечая механизму реализации инклюзивного образования, а также для более старших поколений, которые в силу своего возраста с трудом преодолевают требования традиционной образовательной системы. Также очевидным и неоспоримым преимуществом является потенциальная возможность совмещения обучения с трудовой деятельностью ввиду очень гибкого индивидуального графика освоения преподаваемых дисциплин.

Виртуальное обучение предполагает процесс выполнения на определенных платформах письменных работ, просмотре и прослушивании видео и аудио лекций, участие в онлайн семинарах и конференций. Образование, являясь важным и неотъемлемым критерием качества подготовки молодых конкурентноспособных



специалистов, требует поиска наиболее эффективных методов и средств его реализации. С целью оценки качества дистанционного образования, скоординированного на удовлетворение актуальных потребностей общества и государства, автором был выделен ряд существенных недостатков, дискредитирующих данную форму как одну из самых непродуктивных. Применение поливариативной модели образования, стремящейся к тотальной универсализации дистанционного образования в устойчивую форму учебного процесса, имеет ряд существенных недостатков. Невозможность установления прямой межличностной коммуникации, представляющей собой важнейшее условие реализации продуктивной познавательной деятельности, создает проблему осуществления дискурсивной практики развертывания интеллектуального взаимодействия субъектов. В философской традиции Античности живой «диалог» представлялся в качестве самого эффективного метода проведения интеллектуальных состязаний и всячески противопоставлялся письменной традиции повествования. Именно в формате живого диалога, по мнению греческих мыслителей, а именно Сократа, Платона и Аристотеля происходит изящество маневрирования искусством полемики. Таким образом, говоря о дистанционной форме образования, затрагивающей гуманитарно-дисциплинарный характер исследований, во главу угла встает вопрос о проблеме отсутствия фактора публичного, межличностного, прямого и косвенного вовлечения студентов в затрагиваемую тематику. Отсутствие подобной практики сводит процесс виртуальной коммуникации в субъект-объектную парадигму, где в качестве объекта выступает телекоммуникационный барьер, не способный передать всю экспоненциальную сложность и многогранность человеческого общения. Выстраивание конструктивной критики, умение построения последовательной аргументации и отстаивание собственной позиции – навыки, приобретаемые исключительно в условиях традиционного обучения, при котором учащиеся не только имеют доступ к источникам вербальной информации, но и являются косвенными наблюдателями динамики всего образовательного процесса и системы административно-правового регулирования различных образовательных систем. Более глубокий философский анализ концепции дистанционного образования приводит к проблеме соотношения феноменологических структур сознания и фундаментальной гносеологической реальности, аккумулируя при этом диспропорцию между «Я – познающим» и «Я – продуцирующим». Так в философии сознания подлинное понимание и осознание себя осуществляется при отражении «Я» в сознании «Другого», то позиция установления виртуального взаимодействия во



многим ослабляет процесс самоидентификации себя как полноценного «субъекта» познания. Будучи важнейшим атрибутом «понимания», диалог выступает как отражение когнитивно-биологических и социокультурных детерминант, характеризующихся гносеологическими, онтологическими и эвристическими аспектами процесса восприятия окружающей действительности. Важно также обратить особое внимание на отсутствие в дистанционной форме обучения прямого перехода к практическому применению теоретических знаний, что в свою очередь, характерно для традиционной системы образования, базируемой на практике неотторжимости теории от практики.

Одним из затруднений эффективной реализации дистанционного обучения является также отсутствие строгой демаркации между учебным и свободным временем, усиливающих процесс концентрации и уровня сознательной сосредоточенности в познавательной деятельности. Академическая изолированность, заключающаяся в удаленном режиме обучения, приводит к снижению у студентов общего уровня образовательного тонуса, характеризуемого высоким уровнем интеллектуальной производительности. Слепая технократическая вера в дальнейшие перспективы виртуально-образовательной коммуникации, не имея под собой серьезного научного обоснования, демонстрирует исключительно обратный результат. Студенты, получившие дистанционное онлайн образование гораздо хуже адаптированы к системе педагогической и научно-исследовательской деятельности, хуже переносят практику публичных выступлений, предполагающих предварительную подготовку с малыми и большими аудиториями, осуществляемых исключительно в рамках традиционной академической системы. Принятие быстрых и эффективных решений, в условиях быстроизменяющейся образовательной, экономической и политической обстановки, возможно только при осуществлении прямого процесса социализации и инкультурации студентов к академической среде, включающей выработку надлежащих паттернов социального поведения. Чистота проведения вступительных испытаний и экзаменационных процедур в дистанционном формате носит формально-поверхностный характер, поскольку отсутствуют эффективные инструменты контроля, обеспечивающие в традиционной системе максимальную прозрачность реализации проверочных испытаний. Использование кибернетических устройств в процессе обучения оказывает отрицательное воздействие на ресурсы памяти, поскольку обращает используемые средства быстрого получения информации в костыли, атрофирующие способность к самостоятельному и долговременному запоминанию информации со способностью быстрого ее воспроизведения. В условиях традиционной



системы образования, процесс императивного запоминания определенного объема информации напрямую связан с проводимыми зачетами, опросами и семинарами, при которых студент вынужден задействовать резервы собственной памяти для успешного прохождения на следующую образовательную ступень. Страх перед полным публичным провалом, сопровождающийся пересдачами, недопущением к итоговым испытаниям, или вовсе угрозой исключения становится мощным стимулом к долгосрочному запоминанию информации и ее воспроизведению. В системе дистанционного образования дело обстоит иначе, поскольку студенты имеют более открытый доступ к дополнительным источникам информации, использование которых осуществляется моментально с помощью информационно телекоммуникационных технологий. Попытка проследить максимальную прозрачность результатов контрольно-проверочных испытаний в условиях виртуального наблюдения по соблюдению всех образовательных требований и оценки качества усвоения материала становится затруднительной и сложно выполнимой задачей экзаменаторов. Помимо данной проблемы, существенная часть образовательных учреждений, предоставляющих возможность дистанционного обучения, плохо оснащены всем комплексом программных и технических средств, необходимых для эффективного проведения онлайн лекций, семинаров, конференций и т.д. Совокупность основных недостатков данной системы обучения напрямую влияет на характер освоения той или иной предметной области знания, формирования соответствующих компетенции навыков и умений, а также подготовки квалифицированных и конкурентноспособных специалистов.

Список использованных источников:

- [1] Андреев, А. А., Солдаткин, В. И. (1999). Дистанционное обучение: сущность, технология, организация. М.: Изд-во МЭСИ.
- [2] Ершов, А.П. (1988). Концепция информатизации образования // Информатика и образование. № 6.
- [3] Иванов, Д. В. (2000). Виртуализация общества. СПб.
- [4] Ильин, Г. (2000) От педагогической парадигмы к образовательной.. *Высшее образование*.
- [5] Лернер, И.Я. Дидактические основы методов обучения. М.: Педагогика.
- [6] Кузнецова, О. В. (2015). Дистанционное обучение: за и против. *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*.
- [7] Ломов, Б. Ф. (1985). ЭВМ и развитие человека. Вестник высшей школы. № 12.
- [8] Машбиц, Е.И. (1988). Психолого-педагогические проблемы компьютеризации обучения. М.: Педагогика.
- [9] Поспелов, Г.С. (1988). Искусственный интеллект основа новой информационной технологии. М.
- [10] Роберт, И.В. (1991). Современные информационные технологии в образовании: дидактические проблемы, перспективы использования. *Информатика и образование*. № 4
- [11] Смолян, Г.А. (1981). Человек и компьютер. М.



- [12] Спиркин, А.Г. (1988). Основы философии. М.: Политиздат.
- [13] Философский словарь (1987). Под ред. И.Т. Фролова. М.: Издательство политической литературы.
- [14] Шрейдер, Ю.А. (1990). Интеллектуализация информационных систем. *Итоги науки и техники. Информатика*. Т. 14. Информационная индустрия: современное состояние. М.



СЕКЦІЯ IV. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ

ГАСТРОНОМІЧНИЙ ТУРИЗМ ТА РЕКРЕАЦІЯ ІВАНО-ФРАНКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Хом'як Іван Васильович

здобувач вищої освіти факультету туризму

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

УКРАЇНА

Гастрономічний туризм (гастрономічна рекреація) – це нове явище, що розвивається як новий туристичний продукт, обумовлений, зокрема, тим фактом, що за даними спеціалізованої літератури більше третини туристичних витрат припадає на їжу. Тому кухня туристичної дестинації є одним із надзвичайно важливих аспектів, що визначає якість відпочинку.

Тобто гастрономічний туризм – це вид туризму, пов'язаний з ознайомленням із виробництвом, технологією приготування та дегустацією національних страв і напоїв, а також кулінарними традиціями певного регіону чи місцевості [1].

Гастрономічний туризм також можна вважати допоміжним інструментом у пізнанні культурної спадщини країн та регіонів світу, оскільки страви національної кухні є одним із елементів, що відображають спосіб життя, світогляд, традиції етносів. Під час гастрономічних турів турист має гарну нагоду:

- 1) відвідати ресторани та інші заклади національної кухні;
- 2) взяти участь у гастрономічних фестивалях;
- 3) ознайомитися з історією та рецептурою національної кухні відповідно до сезонів;
- 4) спробувати себе у приготуванні національних страв.

Гастрономічні тури поділяються на два види: сільські (так звані «зелені») і міські. Їх відмінність полягає в тому, що, вирушаючи до сільської місцевості, турист прагне спробувати екологічно чистий продукт, без будь-яких добавок. Наприклад, «зелені» тури пропонують збирання лісних ягід, овочів і фруктів, «полювання» на трюфелі або прогулянку дорогами виноробства. Міський гастрономічний тур може включати в себе відвідування кондитерської фабрики, ковбасного цеху та ресторанчика, в якому пропонується делікатесне блюдо, виготовлене в цеху. Крім того, існують тури, які знайомлять не з різними стравами однієї місцевості, а з



однією стравою в різних місцевостях. Це – винні тури, що пропонують прогулянки виноградниками, збирання винограду, дегустацію вин. Для гастрономічних туристів на Прикарпатті проводяться наступні гастрономічні фестивалі.

1. Міжнародний фестиваль мистецтв країн Карпатського регіону «Карпатський простір» (гастрономічна локація), (травень, м. Івано-Франківськ)
2. Гастрономічний фестиваль «Бігус» (травень, м. Калуш)
3. Гуцульське народне дійство «Полонинське літо» (червень, с. Верхній Ясенів, Верховинський р-н)
4. Міжнародний гуцульський фестиваль (липень, м. Яремче (у 2018 р.)
5. Міжнародний фестиваль «Меди Прикарпаття» (липень, м. Івано-Франківськ)
6. Гастрономічний фестиваль «Станіславська мармуляда» (липень (у 2018 р.), м. Івано-Франківськ)
6. Ярмарок «Свято бойківського меду і ремесел» (серпень, м. Долина)
7. Фестиваль-ярмарок «Свято винограду та вина» (серпень, м. Івано-Франківськ)
8. Обласний фестиваль-ярмарок «Медовий Спас» (серпень, м. Коломия)
9. Фестиваль вареників «Вареник-fest» (серпень, м. Калуш)
10. Гастрономічний фестиваль «Свято сливи» (серпень, с. Надорожна, Тлумацький р-н)
11. Фестиваль-ярмарок «Хліб&сир фест» (вересень, м. Івано-Франківськ)
12. Районний фольклорно-етнографічний фестиваль «Покутське яблуко» (вересень, м. Снятин)
13. Великий бойківський ярмарок «Долина Органік-Фест» (жовтень, м. Долина)
15. Фестиваль капусти «Подяка Богу за врожай» (жовтень, Тлумацький р-н)
14. Гастрономічний фестиваль «Бульбяні пироги Бойківські» (жовтень, с. Старий Мізунь, Долинський р-н) [4].

Гастрономічний туризм включає в себе такі види:

- ресторанний тур – подорож, яка складається з відвідування найвідоміших та найбільш популярних ресторанів, які відрізняються високою якістю, ексклюзивністю кухні, національним спрямуванням;
- тур сільською місцевістю – тимчасове перебування туристів у сільській місцевості з метою дегустації її кухні та продуктів, що виробляють у даному регіоні. Може також включати в себе деякі сільськогосподарські роботи;



- тур з метою відвідування гастрономічної виставки, ярмарки, шоу;
- освітній тур, метою якого є навчання в спеціальних закладах кулінарного профілю, відвідування курсів та майстер-класів;

- комбінований тур – поєднує риси кількох попередніх турів.

Отже, під час гастрономічних турів турист може:

- відвідати ресторани національної кухні;
- взяти участь у кулінарних фестивалях;
- ознайомитися з історією та рецептурою національної кухні відповідно до сезонів;
- взяти участь у приготуванні національних страв.

Серед переваг гастрономічного туризму називають такі:

1) тією чи іншою мірою він є складовим елементом усіх турів. Але, на відміну від інших видів туризму, ознайомлення з національною кухнею стає головним мотивом, метою та елементом гастрономічної подорожі;

2) сприяє просуванню місцевих господарств і виробників продовольчих товарів, підприємства туристичної інфраструктури (готелів, закладів харчування тощо);

3) не носить характер сезонного відпочинку, для будь-якої пори року можна підібрати відповідний тур;

4) популяризує національні (місцеві) кулінарні традиції;

5) умови для його розвитку мають абсолютно всі країни та регіони, що є унікальною та відмінною рисою даного виду туризму.

Можна дійти висновку що, мета гастрономічних турів – насолодитися особливостями кухні того чи іншої регіону області. При цьому дана мета не зводиться лише до того, щоб спробувати якусь рідкісну, екзотичну страву або перепробувати незліченну кількість страв. Важливо насолодитися місцевою рецептурою, яка століттями вбирала в себе традиції і звичаї місцевих жителів, їхню культуру приготування їжі. Національна кухня – це один із важливих факторів залучення іноземних туристів в країну. Це й зрозуміло, адже в кулінарному мистецтві міцно зберігаються національні особливості й традиції народу, що завжди цікаві представнику іншої країни.

Список використаних джерел:

- [1] Басюк, Д.І. (2012). Інноваційний розвиток гастрономічного туризму в Україні. *Наукові праці Національного університету харчових технологій*. № 45. С. 128–132.
- [2] Кукліна, Т. С. Гастрономічний туризм на туристичному ринку України. Вилучено з <http://www.sworld.com.ua/konfer30/682.pdf>
- [3] Расулова, А.М. (2015). Потенціал ресторанного бізнесу у розвитку гастрономічного туризму України. *Економіка та держава*. № 5. С. 78–83.
- [4] Івано-Франківська обласна державна адміністрація. Туризм. Гастрономічний туризм. Вилучено з <http://www.if.gov.ua/news/42140>



ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОЇ КОРОНАВІРУСНОЇ ІНФЕКЦІЇ НАУ

Єрмоленко Анна Станиславівна

здобувач вищої освіти медичного факультету
Харківський національний медичний університет

Лісова Єлизавета Миколаївна

здобувач вищої освіти медичного факультету
Харківський національний медичний університет

Шарун Сабіна Нурадівна

здобувач вищої освіти медичного факультету
Харківський національний медичний університет

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:

Стратій Наталія Володимирівна

старший викладач кафедри спортивної,
фізичної та реабілітаційної медицини, фізичної терапії та ерготерапії
Харківський національний медичний університет

УКРАЇНА

Поява COVID - 19 та поширення його по світу спонукає фахівців медичної галузі вирішувати питання щодо швидкої та якісної діагностики інфекції, викликані новим видом вірусу. Надання спеціалізованої медичної допомоги, реабілітації та профілактика повторного захворювання.

Найбільш поширеним клінічним проявом коронавірусної інфекції є двостороння пневмонія, а також вірус не обминає всі органи, на мікроциркулярному рівні виникає цілий ряд запальних процесів.

Наразі у світі така ситуація, при якій достовірній інформації про надання допомоги у реабілітації пацієнтів з COVID - 19 недостатньо, оскільки це захворювання є новим.

Проблема реабілітації хворих зі захворюваннями органів дихання навіть при безсимптомному перебігу хвороби стоїть досить гостро, запалення в них довго не проходить, утворюється рубцева тканина, що може провокувати постійні труднощі з диханням.

У людей, які перехворіли запаленням легенів відзначають задишку, порушення дихання, сухий рефлексорний кашель при ходьбі і бігу. Фізична дієздатність падає і навіть щоденні справи людині стає важко виконувати.



Легені після зараження коронавірусом поступово відновлюються, якщо дотримуватися певних правил. Період відновлення тривалий, вимагає багато зусиль. Все залежить від вихідного стану здоров'я пацієнта, ступеня тяжкості захворювання. Відновлення після перенесеної коронавірусної інфекції потрібно всім, незалежно від ступеня важкості захворювання.

Потрібно щодня виконувати дихальну гімнастику, аеробні фізичні навантаження, вести здоровий спосіб життя, контролювати артеріальний тиск, пульс. Важливо контролювати свій стан, оцінюючи роботу внутрішніх органів, дихальної та серцево-судинної системи.

Рекомендується починати заходи по медичній реабілітації пацієнтів з коронавірусною інфекцією в умовах відділень інтенсивної терапії для стабілізації стану пацієнта і продовжувати після завершення лікування в стаціонарі в домашніх умовах.

Заходи респіраторної реабілітації рекомендується проводити силами фахівців мультидисциплінарної бригади (лікар, лікар ЛФК, лікар-фізіотерапевт, інструктор-методист по ЛФК); заходи мають бути спрямовані на відновлення функцій зовнішнього дихання, толерантності до навантажень, психоемоційної стабільності, повсякденної активності.

Важливо не припиняти виконувати фізичні вправи, це допоможе прискорити реабілітацію після захворювання.

Рекомендується їздити на велосипеді, плавати в басейні, виконувати різноманітні дихальні вправи.

Дихальні вправи мають бути спрямовані на посилення евакуації слизу із легеневих альвеол і бронхіол в бронхи високого порядку та трахею, аби мокрота не накопичувалась в базальних сегментах легень. В залежності від стану пацієнта цьому може сприяти: глибоке, повільне дихання: під час вдиху пацієнт повинен намагатись із усіх сил активно рухати діафрагмою. Дихання повинно бути якнайбільш глибоким та повільним, треба уникнути зниження ефективності, що може бути викликано поверхневим диханням. Слід орієнтуватися на частоту дихання 13-16 р/хв. Тривалість процедури - від 10 до 20 хв. залежно від стану пацієнта.

Постуральний масаж (дренаж) - нескладний, але дієвий спосіб лікуванн. Поряд з інгаляцій і дихальною гімнастикою він доступний кожному.

Для дренажу нижніх відділів легень потрібно надати положення пацієнтові лежачи на животі, чергувати з положенням Симса з опущеним головним кінцем або на спині на похилій площині (на ліжку, спеціальній кушетці), встановленій під кутом 45° до підлоги, при цьому головний



кінець має бути нижчий ніжнього. Кут нахилу може бути збільшений при адекватній реакції показників ЧСС, ЧД.

Для поліпшення дихальної функції, м'язової еластичності проводять респіраторний тренінг.

Після ШВЛ може спостерігатись слабкість дихальної мускулатури. Що потребує підвищити показники сили та силової витривалості м'язів вдиху та видиху. Забезпечення якісної вентиляції, для чого переважно необхідно виконувати вправи без тренажерів. Для відновлення пасивного компонента повинна підвищуватись екскурсія грудної клітки, за рахунок активних м'язів вдиху та видиху. Усі дихальні вправи повинні проводитись без напруження, повільно. По мірі підвищення функціональних можливостей пацієнту призначаються дихальні вправи та лікувальне положення, що полегшує газообмін з урахуванням характеру порушення дихальної функції, локалізації та об'єму ураження легеневої тканини.

Усім пацієнтам потрібно оцінити толерантність до фізичних навантажень з використанням проб малого навантаження (Штанге, Генчі, Серкіна, Розенталя), в подальшому — модифікованого тесту Мартине-Кушелевського. При виявленні порушень необхідно проводити спеціальне тренування для її відновлення з використанням циклічних динамічних фізичних вправ.

Проведення всіх реабілітаційних процедур обов'язково повинне включати ретельний контроль за станом пацієнта і наявністю у нього протипоказань, особливо з боку дихальної і серцево-судинної системи. Рекомендується організувати моніторинг сатурації кисню у пацієнтів у спокої, у тому числі в нічний час, а у міру поліпшення його стану - при фізичному навантаженні (шестихвилинний тест-ходьба, проведення оцінки переносимості фізичного навантаження за шкалою Борга). При проведенні реабілітаційних заходів слід мати можливість надати пацієнтові кисень на вимогу, у тому числі під час заняття. При наявності в'язкої мокротини рекомендують використовувати інгаляції муколітиків за допомогою індивідуальних інгаляторів, а також дихальні вправи.

Отже, в ході цього дослідження було з'ясовано, що застосування методів фізичної реабілітації сприяє покращенню легеневої вентиляції у пацієнтів з перенесеною коронавірусною інфекцією. Дозоване та доцільне фізичне навантаження покращує обмінні процеси, сприяє розсмоктуванню патологічного вогнища у легенях, уникненню супутніх патологічних проявів та ускладнень. При своєчасній корекції і регулярному спостереженні, можна, уникнути несприятливого перебігу.

Даний підхід є цілком індивідуальним, його можна скорегувати під будь-якого пацієнта. Безперечно, лікувальні фізичні комплекси вправ є



доступним, зручним та ефективним методом фізичної реабілітації для швидкого та якісного відновлення пацієнтів з COVID - 19.

Список використаних джерел:

- [1] Burduli, N.M., Aksenova, I.Z., Krifaridi, A.S. (2017). Mikrocirkuljatornye narushenija pri hronicheskoy obstruktivnoj bolezni legkih i vnutrivennoe lazernoe obluchenie krovi kak metod patogeneticheskoy korekcii. Nauchnye vedomosti BelGU. Serija: Medicina. Farmacija. (19):66-74.
- [2] McNeary, L, Maltser, S, Verduzco-Gutierrez, M. Navigating Coronavirus disease 2019 (Covid-19) in physiatry: a CAN report for inpatient rehabilitation facilities. PMR. 2020; 12(5):512-515. doi: 10.1002/pmrj.12369.



УЧАСНИКИ КОНФЕРЕНЦІЇ

Белошенко Юрій Костянтинович

старший викладач кафедри фізичної підготовки та спорту

Національна академія Національної гвардії України, УКРАЇНА

Богород Анатолій Володимирович

старший науковий співробітник

Національний центр народної культури «Музей Івана Гончара», УКРАЇНА

Бурхайло Владислав Андрійович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Бутенко Костянтин Валерійович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Вербовий Василь Петрович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

завідувач кафедри тактико-спеціальної, фізичної та вогневої підготовки

Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)

Національна академія внутрішніх справ, УКРАЇНА

Гарбузюк Костянтин Геннадійович

кандидат юридичних наук, декан факультету №2

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Горпинич Геннадій Федорович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Джалалов Яшар Сулейман оглы

старший преподаватель

Азербайджанская Государственная Академия Физической

Культуры и Спорта, РЕСПУБЛИКА АЗЕРБАЙДЖАН

Дужак Олена Вікторівна

капітан поліції, інспектор з ювеніальної превенції¹, координаторка²

¹Костянтинівське відділення поліції Бахмутського відділу поліції

ГУНП в Донецькій області, УКРАЇНА

²Костянтинівська ланка громадської організації

«Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських», УКРАЇНА



Ермоленко Анна Станиславівна

здобувач вищої освіти медичного факультету

Харківський національний медичний університет, УКРАЇНА

Забора Андрій Володимирович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,

професор кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Ибрагімова Диліяра Сергеевна

старший преподаватель

Азербайджанская Государственная Академия Физической

Культуры и Sports, РЕСПУБЛИКА АЗЕРБАЙДЖАН

Іванченко Олена Миколаївна

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Іванчук Вікторія Сергіївна

курсант факультету №2 (Ф2-303)

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Кабазова Мар'яна Геворківна

учениця¹, учасниця²

¹*ЗОШ №8 (м. Костянтинівка), УКРАЇНА*

²*Костянтинівська ланка громадської організації*

«Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських», УКРАЇНА

Казначеев Володимир Михайлович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Калинчук Леонід Миколайович

старший викладач кафедри тактико-спеціальної,

фізичної та вогневої підготовки

Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)

Національна академія внутрішніх справ, УКРАЇНА

Калюжний Михайло Григорович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Ковальов Ігор Миколайович

кандидат юридичних наук, старший викладач кафедри

тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА



Колесніков Віктор Володимирович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
Заслужений тренер України
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Кравченко Анастасія Юріївна

курсант факультету №1 (Ф1-304)
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Лаврін Галина Зиновіївна

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичного виховання
Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка, УКРАЇНА

Лісова Єлизавета Миколаївна

здобувач вищої освіти медичного факультету
Харківський національний медичний університет, УКРАЇНА

Лопатін Володимир Володимирович

викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки
загальноуніверситетських кафедр
Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, УКРАЇНА

Лукін Богдан Павлович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
Заслужений майстер спорту України по тайському боксу
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Любич Руслан Ілгарович

старший викладач кафедри фізичної підготовки та спорту
Національна академія Національної гвардії України, УКРАЇНА

Малолєпший Сергій Броніславович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Мамедов Заур Заир оглы

магістр, старший преподаватель
*Азербайджанская Государственная Академия Физической
Культуры и Спорта, РЕСПУБЛИКА АЗЕРБАЙДЖАН*

Михайлов Олег Олегович

курсант факультету №1 (Ф1-407)
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА



Моргунов Олександр Анатолійович

завідувач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки,
кандидат юридичних наук, доцент, заслужений тренер України
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Надутий Андрій Валерійович

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Олефіренко Вікторія Олександрівна

курсантка 2 курсу
*Луганський державний університет внутрішніх
справ імені Е.О. Дідоренка, УКРАЇНА*

Павлов Роман Володимирович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Пустовіт Анастасія Павлівна

курсант факультету №2 (Ф2-303)
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Равлюк Ігор Іванович

старший викладач кафедри тактико-спеціальної,
фізичної та вогневої підготовки
*Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)
Національна академія внутрішніх справ, УКРАЇНА*

Савич Катерина Олександрівна

курсант факультету №1 (Ф1-304)
Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Середа Ірина Олександрівна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання
Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка, УКРАЇНА

Смучок Володимир Євгенович

викладач кафедри тактико-спеціальної, фізичної та вогневої підготовки
*Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ)
Національна академія внутрішніх справ, УКРАЇНА*

Стратій Наталія Володимирівна

старший викладач кафедри спортивної, фізичної та
реабілітаційної медицини, фізичної терапії та ерготерапії
Харківський національний медичний університет, УКРАЇНА



Tertov Oleg Vladimirovich

Instructor in physical training and martial arts

Sports club Metropolitan Barcelona, KINGDOM OF SPAIN

Turchynov Artem Vasilyevich

Deputy Head of the Department of Physical Training and Sports,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor

National Academy of the National Guard of Ukraine, UKRAINE

Тюкмаева Аида Маратовна

магистрант 2 - курса факультета «Социальных наук»

по направлению: «Философия и основы духовности»

Национальный Университет Узбекистана имени Мирзо-Улугбека,

РЕСПУБЛИКА УЗБЕКИСТАН

Khatsaiuk Oksana Olehivna

practical psychologist of the 2nd category

Preschool education institution №18 (Kharkiv), UKRAINE

Хацаюк Олександр Володимирович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної

фізичної підготовки, Заслужений тренер України

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Хлонь Олександр Михайлович

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології

Київський національний торговельно-економічний університет, УКРАЇНА

Хом'як Іван Васильович

здобувач вищої освіти факультету туризму

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,

УКРАЇНА

Хоролець Євгеній Іванович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Цепух Вікторія Сергіївна

курсант факультету №1 (Ф1-407)

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Циватый Вячеслав Григорьевич

кандидат исторических наук, доцент, Заслуженный работник образования

Украины, доцент кафедры новой и новейшей истории зарубежных стран

Киевский национальный университет имени Тараса Шевченко, Украина



Чекіна Віктор Демидович

керівник кафедри фізичного виховання

Державний навчальний заклад

«Вище професійне училище №7 м. Вінниці», УКРАЇНА

Шарун Сабіна Нурадівна

здобувач вищої освіти медичного факультету

Харківський національний медичний університет, УКРАЇНА

Шевченко Тарас Григорович

старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

Якименко Данило Костянтинович

студент¹, учасник²

¹*Індустріальний технікум (м. Костянтинівка), УКРАЇНА*

²*Костянтинівська ланка громадської організації*

«Молодіжної Ліги майбутніх поліцейських», УКРАЇНА

Ярещенко Олег Артурович

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки

Харківський національний університет внутрішніх справ, УКРАЇНА

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

Л'ОГОΣ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ЗА МАТЕРІАЛАМИ XIII МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

**«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ
СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИХ, ТРАДИЦІЙНИХ
ТА СХІДНИХ ЄДИНОБОРСТВ»**

20 листопада 2020 рік • Харків, Україна

Українською, російською та англійською мовами

*Всі матеріали пройшли оглядове рецензування
Організаційний комітет не завжди поділяє позицію авторів
За точність викладеного матеріалу відповідальність несуть автори*

Підписано до друку 27.11.2020. Формат 60×84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Arial. Цифровий друк.
Умовно-друк. арк. 6,05.

*Тираж: 50 примірників.
Віддруковано з готового оригінал-макету.*

Контакти редакційної колегії:

21037, Україна, м. Вінниця, вул. Зодчих, 18, офіс 81
ГО «Європейська наукова платформа»
Телефони: +38 098 1948380; +38 098 1956755
E-mail: info@ukrlogos.in.ua
www.ukrlogos.in.ua | www.ojs.ukrlogos.in.ua

Видавець друкованих матеріалів: Друкарня ФОП Гуляєва В.М.
08700, Україна, м. Обухів, вул. Малишка, 5. E-mail: 5894939@gmail.com
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи: ДК № 6205 від 30.05.2018 р.